ACESTA SUNT EU!
TU CINE EȘTI?

LIMITE, APROPIERE ȘI RESPECT ÎNTRE ADULȚI ȘI COPII

JESPER JUUL

PONTE

OMUL CARE CREȘTE

Acesta sunt eu! Tu cine ești?

LIMITE, APROPIERE ŞI RESPECT ÎNTRE ADULȚI ŞI COPII

Jesper Juul

Traducere din limba germană de
ROXANA VIDICAN

PONTE

OMUL CARE CREŞTE colecţie coordonată de Adina Tudorache

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
JUUL, JESPER
Acesta sunt eu! Tu cine eşti? : Limite, apropiere şi respect între adulţi şi copii / Jesper Juul ; trad.: Roxana Vidican ; consultanţă de specialitate: Raluca Jacono. - Bucureşti : Casa Editorială Ponte, 2013
ISBN 978-606-8405-09-4

I. Vidican, Roxana (trad.)
II. Jacono, Raluca

37.018.1
159.922.7

© HER ER JEG! HVEM ER DU? by Jesper Juul

Published by arrangement with Forlaget Apostrof, Copenhagen 1998, Copyright © Jesper Juul 1998 represented by Leonhardt & Høier Literary Agency A/S, Copenhagen

@ Casa Editoriala Ponte 2013

Tipărit la Radin Print - prin reprezentantul pentru România - 4 Colours Advertising, www.4colours.ro, 2013

Reproducerea, totală sau parţială, a textului sau a iconografiei acestui volum, fără acordul scris al Casei Editoriale Ponte, este strict interzisă şi se pedepseşte conform Legii dreptului de autor.

ISBN 978-606-8405-09-4

INTRODUCERE

În această carte este vorba despre ceea ce, într-un limbaj desuet, s-ar putea numi „impunerea de limite copiilor”. Sunt descrise modalităţi de delimitare ale unei persoane faţă de semeni, inclusiv faţă de copiii mari sau mici, astfel încât contactul între părţi să fie cât se poate de bun şi niciuna dintre ele să nu sufere prejudicii.

Dragostea pentru copiii noştri şi pentru oamenii maturi apropiaţi nouă este percepută într-un anume fel de noi şi într-un alt fel de ei. La fel se întâmplă şi cu afecţiunea lor pentru noi. Condiţia pentru ca persoanele din jurul nostru să se şi simtă iubite este ca sentimentele noastre de afecţiune să poată fi transpuse în gesturi şi acţiuni pline de dragoste.

Copiii şi adulții percep iubirea într-un fel personal. Ceea ce avem în comun cu toții este faptul că nu ne simțim iubiți atunci când ne sunt încălcate sau nu ne sunt respectate limitele personale. În cazul unor ofense grave şi dese, ni se diminuează sentimentul propriei valori şi, ca atare, capacitatea de a acționa constructiv. Nu mai putem nici să avem grijă de noi şi nici să păstrăm contactul cu cel care ne-a jignit. Acest lucru este valabil în egală măsură pentru copii şi oameni maturi.

Avem nevoie de timp ca să ne cunoaştem limitele. Pe unele le simțim instinctiv, pe altele însă, durează ani până le recunoaştem şi învățăm să le marcăm astfel încât şi ceilalți să le observe.

Unul dintre paradoxurile vieții este că ne putem recunoaşte limitele numai atunci când semenii noştri le încalcă. La fel, putem depista limitele celorlalți doar atunci când, fără să vrem, ajungem la conflicte cu ei sau îi ofensăm.

În viața socială cotidiană, alături de persoane de care nu ne leagă relații de dragoste, ne însuşim unele „reguli de joc" formale, care ne ajută să nu pătrundem pe „teritorii străine" mai mult decât este neapărat necesar. Aceste reguli diferă de la o arie culturală la alta

şi de la un grup social la altul. Întotdeauna, însă, ele se referă la păstrarea unei anumite *distanțe*, pentru a nu risca să-l jignim pe celălalt.

În cazul conviețuirii în familie, dimpotrivă, este vorba despre polul opus *distanței*, şi anume *apropierea.*

Uneori, nevoia de apropiere a copiilor mici pare insațiabilă, deşi şi aceştia au nevoie de pauze şi de distanță. Ei nu cunosc încă limitele părinților şi le învață doar atunci când, de-a lungul timpului, intră în coliziune cu ele.

Unul dintre cele mai prețioase cadouri făcute de copii părinților este posibilitatea de a-şi cunoaşte propriile limite şi de a le modifica, astfel încât ele să fie cât mai constructive pentru ambele părți. Exact la fel ca într-o relație de dragoste între adulți. Singura deosebire dintre un copil şi un partener adult este aceea că primul dispune de mai puține experiențe. În orice caz, conştientizarea clară a propriilor limite durează aproximativ zece ani.

Cu cât ne cunoaştem mai bine limitele şi cu cât le exprimăm mai personal, cu atât mai satisfăcătoare vor fi contactele noastre cu semenii şi invers.

În relația părinți-copii, iubirea este atât de mare şi atât de uşor de rănit, încât, în procesul reciproc de

învățare, desfăşurat în continuu în cadrul familial, fiecare parte riscă permanent să încalce limitele celeilalte. Atunci când adulții sunt cei care conduc prin exemplu personal şi dau tonul, senzația de vinovăție este minimă, iar sentimentul de sine, mai puternic.

Felul în care ne comportăm cu copiii şi îi educăm este mai mult sau mai puțin conştient, mai mult sau mai puțin analizat şi, nu rareori, contradictoriu. Pentru unii oameni, atitudinile lor sunt mai importante decât însăşi viața, în timp ce pentru alții, acestea sunt un partener de conversație interior, util doar pentru a le susține dialogul cu ceilalți.

Unii spun: „*Sunt* suma principiilor mele!" Aceştia nu se cunosc încă destul de bine. Cu toții am fost cineva înainte de a adopta concepțiile noastre şi suntem cineva în spatele acestora. De acest „cineva" avem nevoie când devenim părinți.

Cartea de față este o invitație adresată cititorului, de a aduce mai multă lumină asupra propriei persoane, a concepțiilor şi experiențelor sale, pornind de la cele trăite şi observate de autor. Nu este vorba de vreun îndemn la a judeca, împărțind pe categorii precum corect – greşit sau vinovat – nevinovat, ci de o invitație la a deveni, pe cât posibil, mai siguri în ceea ce priveşte propriile valori şi, acolo unde este necesar, la recunoaşterea îndoielilor.

CINE HOTĂRĂŞTE?

În familie hotărăsc părinții, iar la creşă, grădiniță şi şcoală, adulții. Copiii dispun de multă înțelepciune a vieții, dar nu au suficiente cunoştințe despre lume şi viață şi nu se află în stadiul de evoluție necesar pentru a prelua conducerea. Fără îndoială, cel mai bine pentru ei este ca persoanele adulte să ia deciziile.

Fireşte, este important *ce* decid părinții, dar şi mai important pentru sănătatea şi starea de bine a celor mici este *cum* decid: dictatorial sau democratic, categoric sau flexibil, după dispoziție sau astfel încât hotărârile să aibă o coerență.

Copiii, la fel ca şi adulții, se simt cel mai bine atunci când deciziile au, pe cât posibil, o concordanță cu interiorul celor care decid. Aceasta presupune ca părinților să le fie clar pe ce *valori* vor să-şi întemeieze

viața de familie. De unele dintre ele suntem conştienți, de altele nu. Le formulăm rareori, dar le exprimăm permanent prin ceea ce spunem şi facem:

- Copiii trebuie să învețe să-şi asculte părinții, pentru că aceştia din urmă ştiu cel mai bine totul.
- Într-o societate democratică şi copiii trebuie să participe la luarea deciziilor.
- Credința în Dumnezeu este cel mai important lucru pe care trebuie să-l învețe copiii.
- Cel mai important este să-i învățăm pe copii să-i respecte pe ceilalți.
- Cel mai important este să-i învățăm pe copii să aibă încredere în sine.
- Cel mai important este să-i învățăm pe copii să protejeze natura.
- Să se descurce bine la şcoală este cel mai important lucru pentru copii.

Doar cu o generație în urmă, cele mai multe valori după care se orienta educația copiilor erau de natură morală sau religioasă, iar părinții erau siguri de ceea ce era corect sau greşit. De atunci, *cunoaşterea*

noastră a sporit, ştim mai multe despre fiinţa umană în perioada copilăriei şi putem spune, cu mai multă precizie, în ce condiţii se dezvoltă cel mai bine. Ceea ce părinţii şi bunicii noştri considerau bun şi corect în educaţia copiilor s-a dovedit în mare parte greşit.

Părinţii moderni, care trebuie să decidă în numele copiilor, au o sarcină complicată. Pe de o parte, *ei* hotărăsc, dar pe de altă parte, deciziile lor ar trebui să le creeze copiilor condiţii de dezvoltare cât se poate de bune. Aceasta înseamnă că părinţii trebuie să renunţe la o mare parte din puterea pe care o deţin conform tradiţiei, fără a pierde, în acelaşi timp, frâiele conducerii. Această sarcină este extrem de dificilă şi, firesţe, foarte puţini părinţi o pot îndeplini fără efort. Aşa ceva se poate învăţa numai împreună cu copiii, odată cu maturizarea treptată a acestora.

Acest proces de învăţare reciprocă dă naştere, inevitabil, la conflicte şi frustrări. Din când în când, ambele părţi sunt supărate, frustrate sau furioase şi aşa şi trebuie să fie. Conflictele dintre părinţi şi copii nu sunt un semn că părinţii n-ar face faţă educării copiilor, ci sunt utile pentru ca ambele părţi să înveţe câte ceva. Într-o familie sănătoasă, însă, responsabilitatea pentru calitatea conflictelor revine părinţilor.

A lăsa *vina* pe umerii copiilor este lipsit de responsabilitate şi nu poate genera decât noi conflicte şi mai distructive.

PUTEREA

Când este vorba despre viața de zi cu zi alături de copii, cei mai mulți părinți se gândesc mai curând la dragoste, îngrijire şi responsabilitate decât la putere. În realitate, părinții influențează viața şi starea de bine a copilului, în primii ani de viață ai acestuia având chiar o putere nelimitată asupra lui. Şi mai târziu însă, când copilul începe să crească, autoritatea parentală se menține încă foarte mare.

Părinții dețin autoritatea juridică, economică, psihică şi fizică chiar şi atunci când se simt lipsiți de putere. În familiile scandinave se abuzează de putere cel mai mult acolo unde părinții se simt neputincioşi sau unde, din diferite motive, nu vor să-şi recunoască puterea. În alte culturi, abuzul de putere, de exemplu sub forma violenței fizice, este considerat a fi o virtute, iar exercitarea nemijlocită a puterii este considerată drept singurul comportament responsabil posibil.

În țările scandinave, începând cu o generație în urmă, violența fizică n-a mai fost acceptată ca parte componentă a educației copiilor şi a pedagogiei. În realitate, mai există părinți care îşi bat copiii, dar cei mai mulți s-au lămurit între timp că violența este dăunătoare atât pentru victimă cât şi pentru cel care o exercită[1]. Ne-am civilizat îndeajuns ca să renunțăm la violență ca mijloc de exercitare a puterii. Recunoaştem totodată că, probabil, nu există nicio diferență reală între violența fizică şi cea psihică, prin aceasta din urmă înțelegându-se manifestări precum ridiculizarea, critica, sarcasmul, umilirea şi calomnierea copilului, chiar şi în absența acestuia. Ambele forme de violență sunt distrugătoare pentru oameni.

În „vremurile bune", cum le mai numesc încă unele persoane, utilizând violența sau amenințarea cu violența, un copil putea fi determinat mult mai uşor decât astăzi să devină ascultător şi supus puterii părinteşti. Adulții stabileau limitele şi când copilul nu ținea seama de ele, era lovit. „Cine nu vrea să asculte,

[1] Jesper Juul, *Dein kompetentes Kind. Auf dem Weg zu einer neuen Wertgrundlage für die ganze Familie*, Reinbeck: Rowohlt 2009, p. 128.

trebuie să simtă", spuneau apoi părinții şi erau satisfăcuți, gândind că este sarcina lor sfântă să-l facă pe cel mic să înțeleagă „diferența între ce e bine şi ce nu".

Violența, ca mijloc educațional, nu dă naştere la respect, ci la teamă. Ea nu îi ajută pe copii să înțeleagă diferența între bine şi rău, ci îi învață că este corect să fii violent atunci când deții puterea. Astfel, cei mici nu învață să respecte limitele celor mari, ci să se teamă de consecințe[2].

Abrogarea principială a violenței în relația dintre adulți şi copii a lăsat în urma ei un vacuum, pentru umplerea căruia toți părinții experimentează zilnic diferite metode. Unii exersează principiile democratice – şi de multe ori sfârşesc blazați de discuțiile interminabile. Alții iau dorințele sau refuzurile copiilor drept fir conducător al vieții de familie – ajungând în cele din urmă într-o stare de derută. Unii părinți lasă copiilor responsabilitatea, atunci când aceasta nu poate avea consecințe importante – şi, în final, ajung să fie antrenați în epuizante lupte pentru putere. Pentru alții este atât de important să ofere copiilor spațiu şi atenție, încât, în cele din urmă, nu mai au loc pentru ei înşişi şi propriile necesități.

[2] *Ibidem*, p. 201 sq.

Toate aceste experimente sunt necesare pentru ca adulții să învețe să-şi folosească puterea mai constructiv decât au putut-o face generațiile anterioare. Iar experimentarea diferitelor principii nu dăunează nici copiilor şi nici adulților; nici măcar atunci când experimentul eşuează. Abia când se împotmolesc în insatisfacții şi nu mai pot schimba direcția, încep, atât copiii cât şi părinții, să se simtă nemulțumiți.

Secole de-a rândul, oamenii s-au obişnuit să creadă că simplul fapt de a fi mamă sau tată le conferă o autoritate formală, care le-ar facilita exercitarea puterii. Acum lucrurile stau altfel sau, mai corect spus, aşa se întâmplă doar pe parcursul primului an sau al primilor doi ani din viața copilului. Părinții moderni trebuie să dezvolte o *autoritate personală*, dacă vor să reuşească în rolul lor de conducători şi să evite abuzul de putere. Odată cu dispariția tot mai accentuată a rolului fiecărui sex, acelaşi principiu a devenit valabil şi pentru parteneriatele între adulți.

În timp, părinții, profesorii şi pedagogii au ajuns să se bucure de respectul celor din jur mai puțin datorită *funcției* pe care o îndeplinesc şi mai mult datorită *persoanelor* care sunt. Copiii şi adulții au pierdut respectul pentru cei care dețin puterea şi ne îndreptăm,

încet dar sigur, către o perioadă în care măsura credibilității personale va decide respectul de care ne vom bucura şi gradul de putere care ne va fi recunoscut în relațiile personale şi pedagogice cu copiii şi tinerii.

PUTEREA ŞI RESPONSABILITATEA

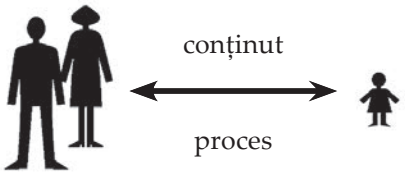
Autoritatea psihică a părinților are o însemnătate specială pentru subiectul acestei cărți, pentru că joacă un rol foarte important în conviețuirea cu copiii şi mai cu seamă pentru că, de regulă, aceasta nu este atât de vădită ca alte forme de autoritate, neputând fi decât greu concretizată.

Ereditatea decide sexul, constituția corporală, anumite handicapuri, înfățişare şi, probabil, temperamentul copiilor. Personalitatea lor, însă, imaginea lor de sine şi capacitatea lor de a-şi folosi inteligența şi de a conviețui şi coopera cu alți oameni depind de felul în care se *comportă* cu ei adulții, mai ales părinții, dar şi educatorii, bunicii, profesorii şi alte persoane de care copiii se ataşează.

Pentru noi, terapeuții familiali, *procesul* relaționării reciproce între membrii familiei este cel care determină, în primul rând, starea de bine din sânul acesteia.

Prin *conținut*, înțelegem ceea ce facem, despre ce vorbim şi ce linii directoare şi tradiții există în familia noastră. Procesul se referă la felul în care acționăm, vorbim, înseamnă starea de spirit, tonul şi atmosfera în relaționarea dintre noi.

Prin aceasta nu vrem să spunem, ca odinioară, că trebuie să vorbim cuviincios şi rațional în loc de urât şi isteric, ci că există un mod de a face lucrurile constructiv şi sănătos pentru familie şi nu distructiv şi nesănătos.



În cazul relaționării distructive într-o familie, toți membrii acesteia sunt afectați. Unii simt acest lucru mai devreme şi mai limpede decât alții, dar toți suferă şi chiar şi relațiile dintre ei sunt afectate. În mod

corespunzător, în cazul unei relaționări constructive, toți membrii familiei se vor simți bine.

În orice relație adulți-copii, adulții sunt exclusiv responsabili de calitatea relaționării.

Prin această afirmație nu vreau să exprim concepția mea privitoare la copii, adică părerea mea conform căreia adulții trebuie să dețină responsabilitatea pentru că sunt mai vârstnici. Remarca mea exprimă mai degrabă ideea conform căreia copiii nu *pot* prelua responsabilitatea. Uneori, copiii sunt siliți să preia această responsabilitate, adulții nefiind în stare, iar rezultatul este întotdeauna distructiv pentru ambele părți.

Încercând, cu cele mai bune intenții, să acorde copiilor mai multă putere de influență democratică, în ultimii douăzecişicinci de ani, mulți părinți au devenit confuzi şi frustrați. Ei au considerat că, din moment ce copiii vor avea mai multă influență, vor prelua automat o parte din responsabilitate.

Nu se întâmplă însă aşa. Copiii pot decide împreună cu părinții asupra meniului de la masa de seară, dar nu sunt responsabili pentru atmosfera din familie în timpul cinei. Ei pot stabili împreună cu adulții unde vor petrece Crăciunul, dar nu sunt responsa-

bili pentru atmosfera din familie în timpul vacanței de Crăciun. Şcolarii, începând cu clasa a şaptea, pot hotărî ei înşişi cărei teme să i se dedice clasa în săptămâna proiectelor, dar nu sunt responsabili, nici măcar parțial, pentru atmosfera în care se desfăşoară lucrul la proiect.

Responsabilitatea pentru calitatea relaționării reciproce nu poate fi lăsată pe umerii copiilor şi nici împărțită cu aceştia. Ea se află în exclusivitate în mâinile adulților. Este cea mai mare responsabilitate a lor şi se află în zona în care îşi exercită indirect cea mai mare putere în relaționarea cu copiii.

Conform tradiției, părinții au acceptat mereu această responsabilitate atunci când atmosfera din familie a fost plăcută şi s-au eschivat când lucrurile au mers prost. În cele mai multe familii se mai întâmplă încă aşa: când relațiile dintre copii şi adulți devin nearmonioase, părinții (educatorii şi profesorii) dau vina pe copii. Această atitudine este nu numai lipsită de responsabilitate, ci şi de etică, pentru că subminează capacitatea existențială a copiilor.

Alternativa nu este preluarea în totalitate a vinovăției de către părinți, deoarece acest lucru nu ar fi de folos nici lor şi nici copiilor lor. Părinții trebuie, mai

degrabă, să-şi asume responsabilitatea pentru ceea ce tocmai s-a întâmplat şi să se îngrijească de găsirea unor modalități care să împiedice repetarea greşelilor.

Pe baza unei lungi tradiții, a apărut credința că pagubele sunt pricinuite de sentimente pe care, pe nedrept, le numim negative: supărare, furie, iritare etc. Lucrurile nu stau însă chiar atât de simplu. Încercările noastre de a face ceea ce este corect sunt, adesea, cel puțin la fel de distructive.

UN EXEMPLU:

O tânără pereche de părinți este îngrijorată din pricina unor incidente cu fiica lor de un an şi jumătate: „Începând cu trei luni în urmă, din când în când, se aşează pe podeaua din bucătărie, în fața frigiderului, arătând către acesta şi spunând: Înghețată! Sincer vorbind, la început ni s-a părut nostim şi chiar un pic genial, dar acum lucrurile au luat amploare şi poate dura foarte bine o jumătate de oră până reuşim să o urnim de acolo. Ceva asemănător se întâmplă şi în alte circumstanțe, când nu dorim acelaşi lucru ca şi ea. Ce putem face?"

Aceşti părinți, în anumite privințe, sunt exponenți tipici pentru generația lor. Chibzuiesc şi sunt

foarte bine informați, sunt interesați de ce s-a spus şi s-a scris despre educația copiilor, vorbesc cu plăcere despre propriile atitudini şi experiențe. Nu vor să fie autoritari şi consideră important ca fiicei lor să i se acorde toată atenția de care are nevoie atunci când se află împreună cu ei.

Nu sunt mânioşi sau supărați pe fiica lor, dar sunt conştienți că situația ar putea evolua distructiv şi aici au dreptate.

Cele întâmplate se pot rezuma astfel (**conținutul**): Fiica anunță că ar dori o înghețată. Tatăl se gândeşte puțin, hotărăşte că în acel moment nu vrea să-i dea înghețată şi spune: „Nu, Caroline, acum nu primeşti înghețată." Caroline răspunde: „Eu vreau!" Tatăl: „Nu, Caroline, nu acum. Mâncăm în curând." Caroline se simte frustrată. Bate cu palmele în podea şi îşi repetă cererea. Tatăl zice: „Nu, Caroline, acum nu primeşti înghețată. Vrem să ne aşezăm la masă imediat. Dacă mănânci înghețată acum, nu o să mai mănânci la cină!" Caroline insistă, din ce în ce mai frustrată, până când izbucneşte în lacrimi, iar tatăl o ia în brațe şi o scoate din bucătărie.

Motivele tatălui sunt importante. Acesta nu vrea să fie autoritar şi, ca atare, face tot ce poate pentru ca

micuța Caroline să înțeleagă hotărârea lui de a nu-i da înghețată. Se gândeşte la următorul consens: Caroline va recunoaşte logica motivației sale şi va fi de acord cu ea. El nu o ceartă, ci vorbeşte convingător şi păstrează permanent contactul vizual cu ea. La fel procedează aceşti părinți şi atunci când copila nu vrea să meargă la culcare, sau nu vrea să fie luată de la creşă, sau când doreşte să poarte sandale în mijlocul iernii ş.a.m.d.

Ei nu îşi doresc conflicte cu încărcătură emoțională cu fiica lor. În propria copilărie, au trăit experiențe neplăcute generate de astfel de conflicte şi amândoi au frecventat grădinița într-o perioadă în care educatorii încercau să-i convingă pe cei mici că, în principiu, conflictele pot fi rezolvate rațional şi că este greşit să fii irațional. Conflictul cu Caroline le dă impresia că ar fi nişte părinți răi.

Din punct de vedere al **procesului**, cele întâmplate sunt următoarele: întrucât tatăl vrea să ajungă la consens şi prelungeşte contactul vizual cu ea, percepând în plus iritarea ei crescândă ca semn al eşecului lui ca educator, conducerea (adică responsabilitatea pentru situație) trece automat la Caroline. Copila vede şi aude neliniştea şi stânjeneala tatălui şi se află

deodată într-o poziție în care deține responsabilitatea pentru starea de bine a acestuia şi, în consecință, pentru durata conflictului. O asemenea povară este prea grea pentru orice copil. Când se încearcă aşa ceva, este ca şi cum copilul ar prelua puterea în familie.

Pe copii nu-i interesează puterea. Când încep să-şi tiranizeze părinții, o fac pentru că aceştia din urmă nu preiau conducerea. Comportamentul lor „irațional" nu este expresia unei pofte de putere, ci a durerii că sunt împovărați cu prea multă responsabilitate.

Părinții lui Caroline se află într-o situație deloc uşoară. Cunosc o singură alternativă – cea a părinților lor: „Nu te mai purta aşa! Dacă nu asculți ce spun, va trebui să mergi la culcare... şi aceasta imediat!" şi „Fii cuminte! Dacă nu te cumințeşti imediat, mama se va supăra!"

Ei procedează inteligent, nevrând să repete modul critic, disprețuitor, dictatorial şi profund jignitor prin care părinții lor le impuneau limitele. Ce ar trebui însă să facă tatăl data viitorare, când Caroline se va aşeza din nou pe podea, în fața frigiderului?

Se poate proceda astfel: Când fetița va cere din nou: „înghețată!", tatăl ar putea să-i răspundă: „Nu, Caroline, nu primeşti acum înghețată. Tocmai vrem

să ne aşezăm la masă." A doua oară: „Caroline, acum nu-ți dau înghețată!" şi să se uite prietenos în ochii ei. În caz că fetița ar insista să-i fie îndeplinită dorința, tatăl trebuie să întrerupă contactul vizual, să plece şi să facă altceva.

Dacă micuța Caroline este un copil sănătos şi normal, îşi va mai repeta de câteva ori dorința, iar apoi va începe să plângă. Asupra acestei reacții voi reveni mai târziu. Cititorul va trebui să se mulțumească pentru moment cu ultima întrebare a părinților şi cu răspunsul meu:

- Dar copilul nu se va simți respins?
- Să sperăm că da. Acesta este şi scopul. Ce au de făcut părinții este foarte simplu şi poate de aceea, nu tocmai facil. Vor avea succes numai dacă vor crede cu adevărat ceea ce spun şi vorbele lor vor fi rostite cu conştiința împăcată. În acest caz, acestea sunt cele două momente care contribuie la naşterea *autorității personale*, necesară pentru ca niciuna din cele două părți să nu se simtă inferioară.

Nu se întâmplă nimic în neregulă. Nu este greşit nici să doreşti o înghețată dacă ai poftă, nici să hotărăşti că nu este momentul potrivit pentru aceasta. De altfel, situația din familie involuase deja într-atât, încât atât Caroline cât şi părinții ei erau nefericiți. Părinții nu au fost complet lipsiți de responsabilitate, numai că nu au ştiut, atunci când şi-au exercitat puterea, cum ar fi trebuit să-şi asume responsabilitatea în mod constructiv.

CE SUNT LIMITELE?

În mare spus, există două categorii de limite, cele *generale* şi cele *personale*, ambele fiind descoperite de părinți pe parcursul celor cincisprezece-douăzeci de ani în care copiii locuiesc acasă. În primii şase-şapte ani, observăm zilnic noi limite. Urmează apoi o pauză, iar când copilul are doisprezece-treisprezece ani, începem să ne ciocnim de noi granițe.

Unele limite le avem încă înainte de a ni se naşte copiii, iar de unele ar trebui să ne eliberăm, dacă putem, în momentul în care mica minune ne priveşte pentru prima dată adânc în ochi. Există limite pe care le păstrăm şi altele pe care le modificăm cu timpul, pe măsură ce ne cunoaştem copiii şi învățăm să ne înțelegem mai bine pe noi înşine.

A cunoaşte şi a putea numi propriile limite nu este o premisă necesară pentru a fi părinte, ci un proces de învățare, desfăşurat de-a lungul întregii vieți, prin relaționarea cu partenerul, copiii, partenerii acestora, nepoții şi proprii noştri părinți.

Limitele generale

Limitele generale sunt cele general valabile acolo unde tocmai ne aflăm. În această societate, familie, şcoală, asociație ş.a.m.d., comportamentul trebuie să fie acesta şi nicidecum altul. Sunt normele general acceptate în cultura din care facem parte sau căreia îi suntem oaspeți. Privitor la limitele generale care ar trebui respectate între cei patru pereți ai noştri, trebuie să ne gândim bine dacă suntem pregătiți să ni le însuşim ca fiind ale noastre şi să le şi reprezentăm.

În urmă cu numai treizeci până la patruzeci de ani, exista o părere unanimă relativ la limitele generale. Cam peste tot în societate, ele erau aduse la cunoştință şi susținute în acelaşi mod, iar apoi, totul era sigur şi bine. A trecut vremea când părinții şi alți adulți puteau motiva limitele generale printr-un simplu: „Aceasta nu se face!" Copiilor moderni le este suficient să deschidă televizorul sau să-şi viziteze prietenii pentru a descoperi că se poate face orice. Nici adulții nu mai sunt atât de dispuşi să se supună regulilor conforme de joc şi există motive bune pentru a saluta acest fapt.

Ceea ce numim, în mod normal, reguli, face parte din limitele generale. „Pentru siguranța şi starea de bine a copiilor, este important să le impui reguli fixe!" susțin cu deplină convingere unii adulți. Alții, mai precauți, întreabă: „Cât de important este să le impui reguli copiilor?"

Regulile reprezintă o noțiune colectivă pentru procese de rutină în familie, pentru tradiții, sarcini, obligații. Unele familii au reguli foarte stricte, pentru simplul motiv că părinții muncesc mult. Altele au reguli stricte pornind de la convingerile lor religioase, iar altele pentru că se conformează anumitor principii pedagogice.

În unele familii există reguli stricte pentru că părinții se simt nesiguri în fața prea multor posibilități de alegere. În alte familii există reguli pentru că mediul social este autoritar. Din nou, în alte familii, pă-

rinții ar prefera reguli stricte mai degrabă decât ajutorul de şomaj sau social oferit de societate.

Trebuie să recunosc că niciodată nu am înțeles prea bine ce înseamnă, de fapt, „reguli stricte". Din experiența mea, pentru asemenea reguli pledează insistent exact acei părinți cărora le este greu să-şi îndrume copiii, atât de greu încât aproape niciodată nu reuşesc – nici măcar folosind regulile stricte.

Aceşti părinți au în comun cu majoritatea celorlalți părinți şi educatori faptul că, atunci când fac ceva pentru a schimba comportamentul copiilor şi nu au succes, insistă, repetând pentru o perioadă mai lungă de timp ceea ce nu a funcționat! Reacția este aproape la fel de răspândită, pe cât de nechibzuită.

Nu pun la îndoială faptul că majoritatea copiilor şi adulților se simte cel mai bine atunci când în familie există câteva reguli: de exemplu, când are loc trezirea de dimineață, când mersul la culcare, când se munceşte sau când se ocupă de interesele personale etc.

Din câte ştiu, nu există nicio dovadă că unele reguli ar fi mai bune sau mai sănătoase decât altele. Adulții sunt cei care stabilesc, în primul rând, regulile şi dacă sunt în stare să le modifice odată cu maturizarea familiei şi creşterea copiilor, atunci copiii vor dobândi o capacitate nelimitată de adaptare şi colaborare, fără a suferi pagube majore.

După părerea mea, actuala şi uneori aprinsa discuție despre necesitatea structurării, prin reguli şi limite, a vieții şi procesului de creştere a copiilor, este lipsită adesea de o dimensiune importantă: uităm cât de radical s-a schimbat viața copiilor în decursul ultimilor douăzeci-treizeci de ani.

Cu un anume succes, am înlăturat duritatea psihică şi existențială căreia îi erau supuşi cândva copiii în familie şi la şcoală. În locul controlului şi al adaptării, ne-am concentrat asupra responsabilității şi dezvoltării. În paralel cu aceasta însă, societatea a evoluat de aşa natură, încât copiii sunt constrânşi la structuri foarte fixe.

Mulți dintre copiii moderni petrec cu părinții mai puțin timp decât ar fi bine pentru ambele părți şi aceasta mai ales în perioada primilor doi-trei ani de viață. Astfel, copiii sunt îngrijiți de persoane străine care se schimbă una pe cealaltă şi care uită, mai mult sau mai puțin, să le spună copiilor când pleacă în concediu, când sunt în căutarea unui nou loc de muncă, când au şi alte slujbe part-time etc. Aceste persoane străine copiilor muncesc în condiții în care abia dacă

este timp pentru un „Bună ziua" şi un „La revedere" aşa cum se cuvine, fără a mai vorbi despre faptul că rareori reuşesc să fie alături de copii pe parcusul unei întregi etape de evoluție.

Adesea, copiii trebuie să se adapteze, de la un moment la altul, la diferite constelații familiale, în funcție de repeziciunea cu care părinții divorțează, se mută cu un nou partener şi apoi se separă din nou. Tuturor acestora li se adaugă apariția bruscă a fraților vitregi (pe de-a-ntregul sau doar pe jumătate) şi a altor bunici, pe care sunt obligați să-i accepte sau să-i respingă.

Copiii părinților divorțați trebuie să învețe să se descurce în două gospodării, să-şi organizeze tot mai mult singuri activitățile din timpul liber şi, firește, să ia parte la organizarea cotidiană a vieții de familie, fie dintr-o necesitate practică, fie pentru că părinții împărtăşesc opinia conform căreia copiii trebuie să fie pregătiți pentru partea serioasă a vieții.

De regulă, adulții aflați într-o situație de viață similară nu ar putea-o depăşi fără a fi profund frustrați sau – după cum spunem în cazul adulților – stresați.

Din păcate pentru societatea noastră actuală, este caracteristic să lăsăm copiii să fie consultați de psiho-

log şi să le aplicăm terapii forțate, în timp ce adulților le recomandăm un concediu medical sau o vacanță prelungită, care să-i răsfețe şi să-i facă măcar să se simtă mai bine. După mine, acest lucru nu este nici obiectiv şi nici etic şi cu greu pot înțelege de ce specialiştii şi părinții colaborează la aşa ceva.

Această supraorganizare a vieții copilului nu poate fi echilibrată de desființarea limitelor din interiorul familiei, dar ar fi înțelept să se chibzuiască de două ori, dacă sunt necesare *mai multe* reguli şi limite atunci când mama sau tata sunt frustrați şi au senzația că au pierdut controlul în relația cu copiii.

Celor mai mulți copii le este foarte uşor să respecte limitele generale. Fac aceasta permanent în şcoli, grădinițe, cluburi sportive, tabere de cercetaşi şi grupuri de copii. Singura premisă este ca limitele lor personale să nu fie lezate sau complet încălcate.

Limitele personale

Cuvântul *personal* înseamnă că limitele la care ne vom referi în paginile următoare sunt individuale. Ele decurg din faptul că părinții au personalități diferite,

temperamente diferite, experiențe si proveniențe diferite, valori diferite şi dispoziții schimbătoare etc.

- Nu vreau să asculți muzică acum. Sunt obosit.
- Nu, acum nu vreau să-ți citesc nimic. Vreau să-mi citesc ziarul.
- Nu vreau să mă loveşti. Spune-mi de ce eşti atât de furios!
- Dacă e să te ajut la compunere, pot să o fac astăzi sau mâine. Restul săptămânii nu am timp.
- Să nu mai dormi în patul nostru. Eu şi mama vrem să dormim singuri.
- Nu, nu vreau să fac pizza. Astăzi fac chifteluțe.
- Înțeleg că astăzi vrei zi liberă, dar eu nu vreau să-mi iau liber astăzi.
- Vreau şi eu să mă joc cu tine – dar abia peste o jumătate de oră, după ce voi termina cu bucătăria.
- Înțeleg că această petrecere este importantă pentru tine, însă acum nu pot spune dacă vreau să te las să mergi. Lasă-mi timp până mâine, să mă pot gândi... Nu, nu vreau să-ți dau răspunsul acum.

- Da, rochia pe care ai purtat-o la aniversarea bunicii este frumoasă. Arăți foarte bine în ea. Nu vreau însă să o îmbraci astăzi la grădiniță. Nu este suficient de cald... Nu! Pentru că este prea frig şi pentru că nu vreau!

De unele din aceste limite mă voi ocupa ceva mai departe, într-un cadru mai general. Să observăm mai întâi trăsătura comună, care apare în formularea lor.

Toate sunt exprimate într-un *limbaj personal*: Vreau... Nu vreau. Ele spun: „aceasta e poziția mea", „aşa sunt eu", „părerea mea este aceasta", astfel încât copilul nu are îndoieli asupra poziției mamei sau tatălui. Există un contact. Limbajul personal este întotdeauna *cald*, indiferent dacă spune da sau ba. Toate celelalte tipuri de limbaj sunt mai reci, generând un contact mai prost şi, drept urmare, un rezultat mai slab.

S-a spus despre copii că ar fi interesați să caute sau să testeze limitele, ca şi cum ar acționa conştient, să vadă cât de departe pot merge şi ca şi cum ar vrea să-şi manipuleze părinții. Judecând după experiența mea, nu este aşa.

Copiii pe care îi catalogăm aşa, pentru că manifestă un comportament precum cel descris mai sus, nu sunt siguri de contactul cu părinții lor, care, la rândul lor, sunt nesiguri în contactul cu copiii. Ei nu se exprimă aproape niciodată personal, motiv pentru care copiii nu le pot recunoaşte poziția. Copiii pot căuta realmente limitele, dar o fac pentru că nu le cunosc. Iar atunci când un copil nu cunoaşte limitele părinților, devine nesigur, complet pasiv sau hiperactiv şi întotdeauna se izolează.

Copiii nu caută limitele, ci îşi doresc contactul. Conviețuirea poate fi mulțumitoare şi părinții pot sta de vorbă mult cu copiii lor, dar să lipsească calitatea celor spuse. Într-o asemenea situație, singurătatea copilului nu provine din lipsa de iubire, ci din incapacitatea părinților de a vorbi din inimă. La fel se poate întâmpla şi în cazul unui partener adult. Dacă el nu exprimă ce vrea şi ce nu vrea, ce gândeşte şi ce simte, ajungem să ne simțim stingheri în prezența lui, indiferent cât de afectuos şi de grijuliu este.

Limbajul copiilor este încă de la început unul personal. Când doresc ceva, vor mereu două lucruri simultan: cornetul cu înghețată, sau să fie citită povestea, sau bicicleta cea nouă şi contactul. Ei se descurcă şi

fără cornetul de înghețată, dar nu fără contact. Copiii, în existența lor cotidiană, nu sunt conştienți de acest lucru, crezând că cel mai important este cornetul cu înghețată. Ca atare, e important să ştie şi părinții acest lucru.

Limbajul nostru nu devine personal prin înlocuirea lui *tu* şi *se* cu *eu*, ci mai degrabă prin exprimarea *gândurilor noastre*. Trebuie să se simtă că vorbim *noi înşine*. De multe ori, ne auzim repetând ceva cunoscut de când lumea: „*Ştiu* pur şi simplu că sunt de această părere." Alteori, descoperim ceva complet nou: „Aha, aşa cred că e!"

Am putea spune că accentul trebuie pus la locul cuvenit. Nu: „Aceasta este în fond / de fapt *părerea* mea", ci „Aceasta este în fond / de fapt părerea *mea*". Cei mai mulți dintre noi ajung să se exprime astfel după multă chibzuință şi antrenament. Trebuie să experimentăm împreună cu copiii şi să ştim să suportăm eşecurile şi, de asemenea, trebuie să vorbim şi cu alți adulți pentru a ne descoperi pe noi înşine.

Să ne întoarcem la limite. Dincolo de faptul că sunt personale, ele au şi aceeaşi valoare şi aceleaşi drepturi. Prin limitele personale, poziția adultului trebuie să se exprime fără drept de apel, fără rezer-

ve ascunse şi autocritică şi fără a critica şi înjosi copilul. Indiferent că eşti copil sau adult, este bine să accepți valorile egale şi drepturile egale. La toate celelalte moduri de exprimare, altele decât cele personale, se poate reacționa doar prin cedare, negociere sau protest.

În afară de aceasta, copiii primesc o explicație, de ce limitele mamei sau ale tatălui se opresc tocmai aici şi tocmai acum. Explicația trebuie să fie scurtă, clară şi sinceră, nu manipulatoare şi formulată de aşa natură încât să sune convingător.

Unele din limitele noastre personale nu ni le putem explica nici măcar nouă înşine. Ele există pur şi simplu. Din acest motiv, copiilor le este mai greu să le înțeleagă, dar nu şi să le respecte. Copiii respectă limitele părinților nu pentru că aceştia din urmă ar fi capabili să le justifice, ci pentru că ei respectă persoana părintelui care are aceste limite. Explicațiile ad-hoc detaliate fac limitele şi mai confuze. Ca atare, este de preferat adevărul: „Nu ştiu de ce cred aceasta, dar aşa gândesc. Vreau ca lucrul acesta să fie făcut aşa."

De altfel, prin aceasta, copiii vor avea la îndemână un model bun pentru momentele când, mai mari fiind, vor trebui să aibă o atitudine personală față de

alcool, criminalitate, droguri etc. E bine pentru ei să ştie că pot avea încredere deplină în vocea interioară, atunci când sunt supuşi unei presiuni exterioare şi când nu-i pot convinge pe ceilalți de corectitudinea sau rațiunea propriului punct de vedere.

Care sunt limitele mele?

Unele din limitele noastre le-am dobândit de acasă, de la familia în mijlocul căreia am crescut. Ele conțin „grâu şi neghină" laolaltă. Limitele impuse de părinții noştri se poate să fi fost bune şi constructive pentru ambele părți, iar felul în care au fost stabilite se poate să fi fost afectuos şi plin de respect. Într-un asemenea caz, este justificată pe deplin transmiterea lor către generația următoare.

Alte limite însă au fost pe deplin justificate în urmă cu douăzecişicinci de ani, dar între timp, datorită evoluției generale, au devenit redundante. Pe de altă parte, tocmai datorită acestei evoluții, a devenit necesară stabilirea unor noi limite, la care părinții noştri nici nu se gândeau.

Părinții noştri însă au stabilit şi limite nerezonabile şi, uneori, într-un mod care ne umilea şi afecta propriile noastre limite. Adesea, ne distanțăm de ele în mod conştient şi ne făgăduim solemn să nu ne tratăm vreodată la fel copiii. Cu toate acestea, o facem!

Nu ne comportăm aşa pentru că am fi proşti sau uituci, ci pentru că ne-am iubit părinții şi am avut încredere în ei. Am cooperat[3] cu ei şi, când a devenit prea dureros, ne-am gândit că ceva este în neregulă cu noi. Credeam că am greşit probabil cu ceva şi, ca atare, suntem tratați cum meritățm. Credeam că ar fi fost vina noastră.

Mulți dintre noi am uitat complet ceea ce ne-a durut în mod special. Durerea a fost atât de mare încât a trebuit să o triem, să o dăm deoparte. Mai târziu, când devenim la rândul nostru părinți, ea apare cu siguranță, dar nu neapărat sub forma unei dureri, ci ca o reluare a tiparelor părinților noştri, iar dacă nu suntem atenți, transmitem durerea mai departe, în loc să preluăm responsabilitatea pentru ea.

Din fericire, adesea, decidem să avem copii cu o persoană care a trecut prin experiențe dureroase diferite de ale noastre şi ne este mai uşor să percepem punctele nevralgice ale celuilalt decât pe cele proprii. Dacă această percepere reciprocă a părinților nu este suficientă, îi sfătuiesc să-şi îndrepte atenția asupra situațiilor în care se supără pe copii. De multe ori, supărarea pare lipsită de rațiune, deci, în contradicție cu concepțiile lor şi destul de des, în astfel de cazuri, motivele au legătură cu atingerea unor „vânătăi" din copilărie.

Dar destul despre limitele moştenite. Să ne îndreptăm atenția asupra celor dobândite. Acestea din urmă se referă la tot ce am acumulat de la televizor, educatori, frați şi surori, prieteni şi vecini, din cărți şi conferințe. E bine că unele dintre ele şi-au găsit drum către familia noastră, altele însă, sunt complet nepotrivite.

Atât limitele moştenite cât şi cele dobândite devin recognoscibile atunci când părinții îşi fac auzit ceea ce eu numesc „robotul telefonic al părinților". Acesta este un „dispozitiv" care se deschide automat de îndată ce un copil intră în raza lui de acțiune. „Lălăie" cu mare siguranță cunoştințele înțelepte atunci când ne luăm copiii în oraş, în vizită, la restaurant etc.

El spune, de exemplu: „Ştergeți-vă pe picioare!", când copiii sunt pe punctul de a se descălța de tot sau „Spune, te rog, Bună ziua!" după ce ei au făcut deja

[3] *Ibidem*, p. 46 sq.

aceasta din proprie inițiativă. În perioada de la patru până la cinci ani, copiii învață să treacă cu vederea asemenea indicații, nu însă şi mesajul lor: „Dacă nu ți-am aminti aceasta, nu ai face niciodată ceea ce trebuie."

Mulți părinți ar face bine să se asculte din când în când. La o observare mai atentă, aproape cincizeci de procente din ceea ce spunem în mod automat se dovedeşte a fi inconsistent şi chiar din rest s-ar putea renunța la multe fără a înregistra cine ştie ce pierderi.

Problema majoră care se pune este dacă există într-adevăr limite necesare şi bune care trebuie impuse copiilor. Abstracție făcând de regulile de comportament de la sine înțelese, cum ar fi să-i oprim când vor să traverseze strada pe roşu, răspunsul este „Nu".

Cea mai importantă întrebare la care ar trebui să-şi răspundă părinții este: ce limite ar trebui să-mi fixez pentru a mă simți bine cu mine şi cu copiii mei? Cum să mă delimitez față de ei, astfel încât să stabilesc şi să extind contactul şi intimitatea pe care ni le dorim cu toții?

Cine devine mamă sau tată în zilele noastre se află într-o situație cu totul nouă. În timpul copilăriei lor, părinții de astăzi au petrecut mai mult timp în compania educatorilor profesionişti decât în cea a

propriilor părinți. Ei ştiu mai multe despre cum abordează educatorii diferite situații, dar mai puține despre cum s-ar descurca părinții în condiții similare. Aşadar, ei nu dispun de acel know-how, care se poate dobândi doar petrecând mai mult timp sau chiar toată ziua, alături de copii.

Conştiința de sine a educatorilor a fost multă vreme una *profesională*. Profesional însemna, printre altele, *nepersonal*, iar nepersonal înseamnă că aceştia acționau în spiritul unei teorii (sau al mai multora). Aceasta nu înseamnă răceală şi lipsă de angajament, ci că factorul important în educație era mai degrabă rațiunea decât afecțiunea. Într-o anumită privință, acest ideal specializat are o justificare bună, căci dacă am fi doar spontani, am reacționa adesea neadecvat. Pentru părinți însă, acesta nu este un model destul de bun.

Este bine şi frumos să te inspiri de la educatorii profesionişti şi din cărți, dar nu este recomandabil ca părinții să se străduiască să acționeze mai mult în spiritul unor teorii şi idealuri, decât conform propriului instinct. Aceasta ar prejudicia contactul personal vital dintre ei şi copii. Lucrurile merg foarte prost atunci când adulții au o ideologie foarte strict structurată,

căreia încearcă să i se adapteze ei şi copiii lor. Nu are nicio importanță dacă această ideologie este de natură religioasă, politică, pedagogică sau filozofică.

Pentru ambele părți, părinți şi copii, este mai bine atunci când primii încearcă să fie ei înşişi şi să susțină ceea ce cred, decât să fie „aşa cum trebuie". Sunt de preferat părinții autentici celor teoretici. Părinții care fac greşeli şi îşi asumă responsabilitatea pentru acestea sunt mai buni decât cei care încearcă să fie perfecți. În fața părinților perfecți, copiii simt mereu că eşuează, iar cine simte aşa ceva în copilărie eşuează adesea şi în realitate.

Doi părinţi - două tipuri de limite

Pe timpuri, părinților li se spunea că ar fi important să fie de acord în privința educației copiilor. În acelaşi timp, erau avertizați că, dacă ar avea posibilitatea, copiii ar prelua puterea. Educația copiilor era percepută de multe ori ca o luptă pentru putere între copii şi părinți, pe care, fireşte, în funcție de posibilități, părinții

trebuiau să o câştige. Ca atare, era important ca părinții să formeze un front comun împotriva copiilor.

În zilele noastre, părinții au la îndemână mai multe posibilități. Ei pot considera relația lor cu copiii, la fel ca pe timpuri, o luptă pentru putere şi atunci, fireşte, e recomandabil să formeze un front comun. Deşi eu nu recomand aşa ceva, este şi aceasta o posibilitate.

O altă variantă este aspirația către o egalitate valorică[4]. Pornind de la experiența mea, echilibrul valoric între bărbat şi femeie, adulți şi copii, oferă tuturor părților aflate în contact cele mai bune şanse pentru a se dezvolta sănătos şi a crea o atmosferă caldă şi armonioasă între ele.

O comunitate echivalorică presupune, printre altele, recunoaşterea diferențelor dintre parteneri şi considerarea lor drept un câştig pentru societate. Acest stadiu nu este uşor de atins, mai ales pentru părinții care au crescut ei înşişi într-o societate şi în familii în care idealul era uniformitatea, diversitatea reprezentând o amenințare.

Părinții au experiențe diferite, întruchipează personalități distincte, au felurite sisteme de valori şi sunt de sexe diferite. Din punct de vedere intelectu-

[4] *Ibidem*, p. 18 sq. şi p. 42 sq.

al, ei pot fi de multe ori de acord în probleme privind educația copiilor şi limitele, practica lor însă, va fi mereu diferită. Aceste considerente sunt valabile mai ales pentru cadrul şi limitele *generale*. Limitele *personale* sunt oricum diferite încă de la început şi aşa vor rămâne.

Nu putem trece cu vederea că, de multe ori, diferențele dintre părinți sunt o sursă de probleme. Când se întâmplă aşa, situația poate fi percepută sau ca o *problemă* care trebuie rezolvată sau ca o *provocare* care va ajuta familia să progreseze. În mod spontan, cei mai mulți oameni înregistrează aceste diferențe ca pe o problemă şi abia mai târziu, după ce se relaxează respirând adânc de câteva ori, zăresc provocarea de la orizont.

Provocarea este mereu aceeaşi: părinții trebuie să exploreze atât concepția proprie cât şi pe cea a partenerului. De ce gândesc aşa cum gândesc? Ce determină modul tău de gândire? Prin ce fel de experiențe am trecut? Aceste întrebări pot fi provocatoare şi pot conduce, uneori inevitabil, la descoperirea unor lucruri nu prea măgulitoare despre sine.

Niciunul dintre parteneri nu are dreptate din capul locului. Şi aceasta din două motive: mai întâi, pentru că părinții luați împreună aduc cu sine doar jumătate din ceea ce este necesar pentru o viață de familie reuşită, cealaltă jumătate trebuind să o construiască împreună. Niciunul nu poate sau nu ştie totul. Scopul nu este crearea unei familii „corecte", ci a familiei *noastre*. În al doilea rând, dacă unul dintre parteneri crede că ar avea dreptate de la început, se ajunge doar la o luptă pentru putere, iar în urma unor asemenea confruntări, în familie nu există învingători, ci doar perdanți.

În familiile cu o pereche de părinți, există valori masculine şi valori feminine. Băieții şi fetele se dezvoltă cel mai bine atunci când sunt reprezentate ambele categorii. Tații pot reprezenta foarte bine şi valori feminine, la fel precum şi mamele pe cele masculine. Unii părinți pot face aceasta în mod firesc, având ca punct de pornire propria copilărie, pe când alții trebuie să învețe încetişor. În orice caz, aceste valori vor fi uneori într-o opoziție înverşunată, iar alteori se vor contopi armonios.

UN EXEMPLU

Un tată povesteşte următoarele: „Avem două fiice – cea mai mare are patru ani şi jumătate, iar cea mică şapte luni. Încă de la naşterea primei noastre fii-

ce, eu şi soția mea avem o relație foarte armonioasă. Apoi, toți trei am aşteptat cu bucurie următorul copil. Şi fata cea mare, Line, era veselă că urma să aibă o surioară şi uneori stătea câte o jumătate de oră cu mâna pe burtica soției, povestindu-i câte în lună şi în stele surioarei nenăscute încă.

După naşterea micuței, la început, Line a plăcut-o foarte mult. O mângâia, ajuta la înfăşat şi se arăta foarte bucuroasă şi mândră când primeam vizite. Totul a fost vis şi armonie – până în urmă cu o lună.

Uneori, stăteam cu ambele fete pe canapea, fiecare pe câte un genunchi de-al meu, şi ne distram. Într-o zi însă, fata cea mică s-a speriat, aparent fără motiv, şi a început să plângă. Întâmplarea s-a repetat de câteva ori, până când am aflat motivul. Line găsea prilejul să-şi strecoare mâna pe sub brațul meu şi să o ciupească pe cea mică de picior sau să o tragă de păr.

Ştiu prea bine că fiica mea cea mare este geloasă pe cea mică, aşadar nu motivul mă preocupă. Aş dori să ştiu dacă am avut atitudinea corectă. Iată ce am făcut. Mai întâi, am aşezat bebeluşa pe canapea şi am liniştit-o; apoi, am luat-o pe Line de braț şi am dus-o în camera ei. Acolo, am aşezat-o – puțin cam dur – pe podea, am certat-o şi i-am spus că ar trebui să-şi iubească sora mai mică. E greşit? Dacă da, atunci ce ar fi trebuit să fac?"

Iată ce i-am răspuns: „Da, e greşit! Vă spun ce ați fi putut face, dar, mai întâi, să vă explic cum înțeleg eu comportamentul lui Line. Apoi, veți putea aprecia mai bine dacă e cazul să-mi urmați sfatul.

„Gelozia între frați" este o descriere cam desuetă pentru ceea ce s-a întâmplat în mintea lui Line. Ea nu este geloasă în sensul cunoscut nouă, adulților, ci se străduie să se adapteze unei schimbări produse în familia dumneavoastră, schimbare care i-a revoluționat universul interior. La vârsta ei, a avea o surioară, este aproximativ ca şi cum soția dumneavoastră ar veni într-o zi de la serviciu şi v-ar informa că din acel moment este măritată cu doi bărbați, iar noul soț se va muta cu dumneavoastră de săptămâna următoare. Este o schimbare atât de radicală în viața dumneavoastră, încât chiar şi fără gelozie, ar dura ceva timp să vă obişnuiți cu ea.

De acum înainte, se vor înjumătăți timpul, locul şi atenția consacrate ei. Este o pierdere de dimensiuni, indiferent că cel care o suferă are patru sau patruzeci de ani. E posibil şi ca Line să fie geloasă, dar gelozia nu apare pe parcursul a şase luni, ci doar când părin-

ții fac o diferență, perceptibilă în mod constant, între cele două surori. Observând frați maturi geloși unul pe celălalt, ne gândim că așa ar fi fost de la început.

Acesta este unul din motivele pentru care Line își ciupește sora. Altul, este acela că ea *cooperează*. Așa se comportă toți copiii, uneori direct, alteori în sens invers. În cazul în discuție, atitudinea este directă. Surioara este un copil dorit. Ambii părinți și-au dorit un al doilea copil și s-au bucurat că mama a avut o sarcină fără probleme și o naștere ușoară. La fel și Line. Părinții erau fericiți și, când a apărut pe lume micuța, s-au îndrăgostit de ea. Line, de asemenea. Bebeluşa s-a născut într-o perioadă în care în familie domnea armonia și exista și un prisos de forțe, Line făcând parte dintre acestea. Întreaga familie era plină de dragoste, grijă și veselie. Line, de asemenea.

Deosebirea dintre părinți și Line este că, pentru ea este și *obositor* să aibă o surioară. Ea nutrește nu numai sentimente pozitive și de bucurie, ci și de tristețe și de frustrare. Le are încă de acum șase luni, timp în care a observat dacă și părinții simt la fel și cum fac față situației. Numai că părinții nu păreau să aibă asemenea sentimente, iar Line a dedus de aici că ar fi ceva în neregulă cu senzațiile ei. Ca atare, încearcă să și le reprime și, când nu reușește, și le exprimă pe ascuns.

N-ar fi rău să vă gândiți că are doar patru ani și nu poate apărea în fața părinților spunându-le: „Auziți, după cum se pare, voi sunteți în mod constant bucuroși și fericiți de noul vostru copil. Și mie îmi place, dar nu mi-e deloc ușor să mă obișnuiesc să fiu mai des singură. Treptat, încep să am conștiința încărcată că nu mi se pare totul la fel de romantic precum vouă. Ce să fac?"

Am răspuns un pic mai pe departe la întrebarea dumneavoastră dacă e greșit ceea ce faceți, pentru că sunt de părere că cei mici nu ar trebui pedepsiți atunci când cooperează.

V-aș propune următoarele: Când incidentul se va repeta, liniștiți-o mai întâi, ca de obicei, pe fiica cea mică. Apoi, luați-o pe Line în brațe, sărutați-o pe frunte, mângâiați-o puțin pe ceafă și spuneți-i, de pildă, următoarele: „Line, înțeleg dintr-o dată că uneori ești puțin iritată din pricina surioarei tale. Observ abia acum de ce o ciupești – poate pentru că până acum eu nu am fost contrariat din pricina ei. Ți se pare că ea ocupă prea mult loc în sânul familiei noastre?"

Spuneți toate acestea cu propriile dumneavoastră cuvinte, astfel încât să sune cum trebuie. Nu trebuie să o criticați pe Line pentru că ciupeşte. Nu e nevoie să-i spuneți că e greşit ceea *ce face* pentru că ştie deja. Ceea ce trebuie ea să audă este că *ea* „nu este greşită", iar cel mai bun mod de a-i spune aceasta este acceptându-i sentimentele."

Ambii părinți au fost vădit mişcați. Tatăl era bucuros că a obținut o alternativă pentru ceva cu care nu era prea împăcat, deşi, din punct de vedere intelectual, îi găsea justificare. În cazul mamei, lucrurile stăteau altfel. Ea explica: „Ştiam că e greşit ce făcea soțul meu, dar îmi închipuiam că e incorect pentru faptul că el era prea aspru acolo unde eu aş fi fost mai blândă. Am impresia că deseori îi critic severitatea în loc să descopăr ce se întâmplă de fapt."

Această ultimă observație a mamei indică un conflict între masculin şi feminin la care ajung cei mai mulți părinți. De multe ori, tații sunt într-adevăr prea colțuroşi, iar mamele prea permisive, dar aceasta nu este realmente foarte important. Mai important este ca ei să stabilească, de acord cu ei înşişi, unde marchează granițele pentru ce vor să permită şi ce nu. Pentru acest tată, cel mai sigur semn că mergea pe un

drum greşit era mica nelinişte interioară şi scepticismul care-l determina să se întrebe dacă procedează corect. Când această nelinişte interioară îşi face simțită prezența, este momentul ca, la următorul incident, mai întâi să gândiți şi apoi să acționați.

O astfel de situație are legătură cu limitele generale („Nu permitem ca vreun membru al acestei familii să-l atace fizic pe un altul!") şi este esențial ca, în asemenea cazuri, să existe o armonie cu propria persoană şi cu partenerul. Limitele personale ale părinților, însă, vor fi mereu diferite. Şi atunci când, din când în când, aceste diferențe generează probleme, ar trebui să ne amintim că sunt două persoane antrenate în conflict: un părinte şi un copil. Nu este suficient să se dezbată ce este bine pentru copil. Cel puțin la fel de important este să vorbiți şi despre ce este bine şi pentru adultul care vrea să se comporte în mod matur.

„Ce vrei tu, cum să fie?" este prima întrebare semnificativă. După ce s-a răspuns la ea, urmează: „Cum poți obține aceasta fără să-l răneşti pe copil?". Dacă rezultatul nu este încă mulțumitor, următoarea întrebare ar fi: „Este înțelept să te aştepți la ceea ce doreşti tu de la un copil de vârsta respectivă?"

Care sunt limitele copilului?

Este important ca părinții să învețe să fie atenți la propriile limite. Copilul nu este răspunzător pentru aceasta. La fel de important este ca şi copilul să țină seama de limitele lui. Pentru acest lucru, sunt responsabili părinții.

Această dublă responsabilitate provine din faptul că sugarii şi copiii mici nu sunt capabili să-şi apere propriile limite. Ei pot atrage atenția celor din jur asupra lor, dar nu se pot apăra în fața ofenselor şi abuzurilor.

Când un copil simte grija adulților pentru păstrarea limitelor lui, învață să respecte limitele celorlalți când se va întâmpla să se lovească de ele. Dacă limitele copilului sunt încălcate de adulți, el va reacționa fie prin încălcarea limitelor altora, fie devenind introvertit şi distructiv față de sine însuşi. În partea noastră de lume, de cele mai multe ori, băieții sunt cei care reacționează agresiv, iar fetele autodistructiv, deşi şi această imagine este pe cale să se schimbe.

Atunci când copiii reacționează la ofense jignind la rândul lor, nu vor prin această atitudine să se răzbune pe adulți. Ofensele devin pentru ei mai mult o componentă a culturii familiei lor, ei recunoscând în ele modul de manifestare a iubirii părinților, în a căror putere de judecată se încred pe deplin.

Educația despre care am învățat că este bună şi plină de iubire, este parțial vătămătoare pentru copil. Mulți părinți s-au convins pe deplin de această realitate, dar nu au vrut să o accepte, din teama de a acționa fără simțul răspunderii. Este un paradox nefericit faptul că, într-o vreme în care scopul scuză mijloacele, din dragoste pentru copil, părinții nu îşi ascultă inima.

Acest paradox viețuieşte încă în mulți părinți şi le guvernează acțiunile când sunt nesiguri şi frustrați. Există o formulă magică, care-l poate anihila: fii atent la reacțiile copilului şi ia-le în serios[5].

Sugarii sunt un bun exemplu în acest sens. Dacă vă apropiați de fața lor, le zâmbiți şi le spuneți „Hei!" sau „Dumnezeule, ce ud eşti! Uite, acum o să primeşti un scutec frumos şi uscat, o să mâncăm şi apoi o să ne simțim bine.", se poate întâmpla ca fața copilului să rămână inexpresivă cinci sau zece secunde, pentru ca deodată să se învioreze şi să reacționeze la atenția acordată. Prin această atitudine, copilul şi-a precizat

[5] *Ibidem*, p. 77 sq.

una din limitele sale: „Îmi trebuie puțin timp ca să mă pregătesc pentru contactul cu tine. Ai puțină răbdare şi îți voi răspunde."

Dacă mama trece cu vederea această limită şi reacționează cu prea mult zel, băgându-se în sufletul copilului, acesta se va simți stresat şi, în loc să-i ofere zâmbetul la care se aşteaptă, îşi va manifesta nemulțumirea printr-o grimasă. Dacă, în speranța de a-i smulge totuşi un zâmbet, ea va deveni tot mai insistentă şi va vorbi din ce în ce mai tare, în cele din urmă, copilul va începe să plângă şi să dea din picioare.

Această mamă se află în fața unei decizii pe care toți părinții trebuie să o ia zilnic: vreau să învăț să-mi iubesc copilul sau vreau o dovadă că el mă iubeşte? În clipa când devenim părinți, nu suntem cu toții suficient de maturi pentru a putea decide corect. O perioadă lungă de timp, copiii acceptă aceasta fără probleme, cu condiția să observe că suntem dispuşi să învățăm alături de ei. În caz că nu vor sesiza această disponibilitate, nu ne vor iubi mai puțin pe noi, ci pe ei înşişi.

Limitele personale ale copiilor sunt tot atât de diverse ca şi cele ale adulților şi, la fel cum copiii învață treptat care sunt limitele părinților lor, pe măsură ce

se lovesc de ele, la fel şi adulții recunosc limitele copilului odată cu trecerea timpului, pe măsură ce acesta creşte.

Între timp, părinții pot învăța să respecte limitele vizibile ale copilului. Când acesta scuipă cea de-a zecea lingură cu piure de legume, aceasta înseamnă: „Nu, mulțumesc, sunt sătul." Părintele ar trebui să-l privească prietenos şi să-i spună: „Aha, nu-ți mai este foame." Dacă micuțul îşi întoarce fața şi nu se lasă sărutat, ar trebui să i se spună: „Mi-ar face plăcere o sărutare, dar tocmai de aceea va trebui să mai aştept." Dacă copilul este vioi şi binedispus, după ce este dus în pat, am putea comenta: „Văd că vrei să te mai joci, dar eu nu vreau." Aici este vorba despre recunoaşterea şi respectul față de limitele copiilor şi nu despre o supunere umilitoare în fața lor.

Revin, după cum am anunțat anterior, la limitele adulților şi doresc să vorbesc despre unele din cele mai frecvente metode de evidențiere a lor şi totodată despre câteva motive care pot conduce la eşuarea acestor metode.

- *Nu aş vrea să asculți radioul acum. Sunt obosit.*

În trecut, părinții ar fi încercat, de pildă, următoarea formulare:

- *Trebuie să asculți întotdeauna radioul când știi că sunt obosit?*

Acesta este un un reproş tăios, camuflat într-o întrebare. Mesajul priceput de copil este: „Dacă m-ai iubi, mi-ai cunoaşte nevoile!". Este lipsit de considerație şi îi provoacă un sentiment de vinovăție. Acelaşi efect l-ar avea mesajul şi asupra unui prieten sau partener adult.

- *Cât de des trebuie să-ți spun că vreau liniște atunci când sunt obosit? Nu pot avea liniște nici măcar între cei patru pereți ai mei?*

Mesajul este clar: „Eşti prost, uituc şi te porți urât cu tatăl tău!" Este din nou camuflat într-o întrebare şi lasă să apese pe umerii copilului povara responsabilității pentru starea de bine a tatălui. Prin intermediul declarațiilor personale, le comunicăm celorlalți cine suntem şi care sunt limitele noastre, dar întrebările de acest fel nu le transmit decât că suntem nemulțumiți de ei.

- *Nu, acum nu vreau să-ți citesc nicio poveste. Doresc să-mi citesc ziarul.*

În diferite situații, multor părinți le este greu să acorde propriilor necesități locul cuvenit pe scara priorităților. Conştiința încărcată determinată de faptul că, la rândul lui, şi părintele vrea ceva, se materializează adesea într-o critică la adresa copilului, care îşi exprimă sincer şi fără rezerve nevoia lui.

- *Nu vezi că citesc ziarul?*
- *Nu, acum trebuie să mai aştepți. Mai suntem şi noi pe aici!*

La copil ajunge următorul mesaj: „Este greşit (= tu nu eşti cum trebuie) să spui ce ți-ar plăcea. Ar trebui să te gândeşti mai întâi la ceilalți." De aceea, după o vreme, va începe să-şi exprime necesitățile indirect, de exemplu, tânguindu-se, apelând, manipulând, fiind şarmant sau năzuros. Se poate întâmpla chiar şi mai rău: renunță.

Mai demult, caracteristic pentru modul în care părinții îşi impuneau limitele era că acesta conducea aproape mereu la violarea limitelor copilului. Mesajul era: „Tu trebuie să-mi respecți limitele, dar eu am voie să le încalc pe ale tale." Dacă nu există concordan-

ță între vorbele şi faptele părinților, faptele sunt cele care au impact mai mare asupra copiilor. Dacă sunt jigniți, învață să jignească la rândul lor. Dacă sunt împiedicați prin forță să jignească, de cele mai multe ori, aşteaptă să crească pentru a proceda la fel.

• *Nu vreau să mai vii în patul nostru. Eu şi mama vrem să dormim singuri.*

Aceste propoziții au cunoscut o evoluție istorică începând cu: „Acum însă, rămâi în patul tău! Altfel, o să vezi tu!" şi trecând prin: „Ascultă, comoara mea. Mama şi cu mine am discutat că în curând vei fi suficient de mare ca să dormi în propriul tău pat. Camera ta este atât de frumoasă, nu vrei să încerci să dormi noaptea aceasta în patul tău? Bineînțeles, dacă visezi urât sau ți-e teamă de ceva, poți veni fără grijă la noi."

Frumos gândit, iar dacă aveți norocul să prindeți exact ziua când şi copilul însuşi s-a gândit să schimbe patul dumneavoastră cu al lui, poate că rugămintea vă va fi satisfăcută. Dar un asemenea noroc se întâlneşte rar. În mod normal, lucrurile nu se desfăşoară conform dorințelor noastre şi aceasta se întâmplă din

cauza formulării pline de menajamente, care, în realitate, lasă răspunderea şi decizia pe umerii copilului.

Nu este greşit să lăsăm hotărârea la latitudinea copilului, atunci când într-adevăr vrem să permitem o decizie *liberă*, însă trebuie să-i spunem: „Ascultă, mamei şi mie ne-ar plăcea tare mult să dormim singuri în patul nostru, motiv pentru care dorim ca tu să te duci în patul tău. Decizia, însă, trebuie să o iei singur."

Pentru părinții moderni, cu spirit democratic, este mai greu să gândească aşa, copilul însă, se va simți mai puțin împovărat dacă, într-un conflict precum acesta, nu va trebui să suporte singur responsabilitatea deciziei, ci va putea lăsa părinții să decidă. Copiii nu sunt în stare să poarte această responsabilitate şi aceasta se poate observa: devin năzuroşi, nerezonabili şi dificili.

Trei factori se combină atunci când este vorba despre limitele copiilor: limitele lor *personale*, *nevoile* şi *drepturile* lor.

Astăzi, suntem pe cale să recunoaştem ca drepturi unele din nevoile lor şi, de asemenea, unele din limitele lor personale. Evoluția din ultimii cincizeci de ani a celor mai multe țări europene a condus către încercarea societății de a-şi asuma rolul de garant al si-

guranței copilului. Din punct devedere istoric, această funcție este nouă pentru societate şi până acum nu a fost îndeplinită cu prea mult succes. Ştiințele juridice şi psihologia depun încă mari eforturi atunci când trebuie să colaboreze.

Apar tot mereu motive care dovedesc că limitele copiilor se referă şi la corpurile lor fizice şi la sexualitate. Cei mai mulți oameni ştiu că violența şi abuzurile sexuale nu numai că sunt interzise prin lege, dar reprezintă cel mai rău lucru care i se poate face unui om.

Cu toate acestea, ele se întâmplă mult mai des decât am vrea să ne imaginăm. Adulți din toate păturile societății maltratează şi abuzează copii. Deşi există diferențe de la țară la țară şi de la cultură la cultură, aceste încălcări dovedesc cât de primitivă este încă relația noastră cu copiii, chiar sub pojghița civilizației.

Abia am început să ne gândim dacă să privim copiii în mod serios ca pe nişte ființe umane echivalorice sau să păstrăm concepția istorică potrivit căreia ei ar fi *proprietatea* părinților sau a statului.

Au voie părinții să-i certe pe copii?

Răspunsul la acestă întrebare depinde de ceea ce înțelegem prin „a certa". De-a lungul ultimului secol de istorie a educației, copiii au fost mai mult insultați decât certați. Diferența este următoarea:

- *Peter, nu vreau să te joci la computerul meu când nu sunt de față! Ți-am spus-o de mii de ori şi mă înfurii când îmi faci în ciudă! Nu vreau – NICIODATĂ! Lasă computerul în pace. E al meu şi eu hotărăsc în privința lui!*

Aici, Peter este certat de tatăl lui, care țipă furios, cu fața învăpăiată şi scântei în priviri. Indiferent dacă băiatul are trei sau treisprezece ani, el va fi speriat şi va izbucni în lacrimi. Reacția lui va fi cea obişnuită, astfel că, în următoarele ore, între el şi tatăl lui va domni tăcerea. Aceasta nu va dăuna nici lui Peter şi nici relației dintre el şi părinte. Copilul a încălcat o dată în plus limitele tatălui şi, ca atare, trebuie să-i suporte reacția spontană. Lucrurile se desfăşoară aşa cum trebuie.

Adesea, copiii au nevoie să prelucreze singuri şi în tăcere asemenea confruntări. În caz că tăcerea lui Peter s-ar prelungi mai mult de câteva ore, tatăl (în caz că şi-ar recăpăta controlul) ar trebui să reia contactul cu el şi să-i spună, de exemplu: „Îmi pare rău că te-ai speriat atât de tare mai devreme. Dar eram atât de furios! Acum mi-a trecut." Nu trebuie să-şi pună problema să-i smulgă băiatului promisiunea că nu se va mai juca niciând la computer sau să-l ameninţe cu ceea ce s-ar putea întâmpla dacă va mai face acest lucru. În caz contrar, Peter s-ar distanţa de şocul prin care tocmai a trecut, iar impresia lăsată de acesta s-ar diminua.

Dacă mama lui Peter ar simţi nevoia să intervină sau să consoleze, îl poate îmbrăţişa pe băiat, spunându-i: „Vezi, acum eşti speriat. Nu este plăcut să se ţipe atât de tare." Atât este suficient pentru ca Peter să înţeleagă că, în afară de problema cu computerul, totul este în ordine.

Dacă nu ar fi de acord cu reacţia soţului, soţia ar trebui să aştepte şi să discute cu el abia după ce relaţia afectivă între tată şi copil revine la normal. Până atunci, el va fi prea vulnerabil şi s-ar putea certa fără niciun rezultat.

- *Acum, gata! Ce-ţi trece prin cap, mucosule? De câte ori ţi-am spus să-ţi iei labele de pe computerul meu? Nu poţi să pricepi, omule, sau eşti prea prost? Vezi tu ce păţeşti când vei veni încoace. Îţi spun, dacă acum este ceva stricat la computer, atunci...*

Băiatul este insultat, tatăl îl critică aspru, rănindu-l în adâncul fiinţei sale. E posibil ca părintele să revină după un timp şi să întrebe: „Suntem din nou prieteni?", iar copilul să răspundă cu o mină ruşinată: „Da". Prietenia lor, însă, nu va mai fi niciodată la fel ca înainte, deşi copilul va depune toate eforturile să pară că nu s-a schimbat nimic.

Rudelor nu le este prea uşor să stea de vorbă cu un asemenea tată. Sistemul lui de valori îşi are originea într-o epocă şi într-o familie în care se credea cu convingere în ideea conform căreia copiii ar fi „aşa cum trebuie", dacă am reuşi să-i convingem că ei ar fi exact invers.

Făcând aceasta cu suficientă forţă de convingere şi destul de des, uneori şi cu sprijinul câtorva palme, poate apărea impresia că metoda dă într-adevăr roade. Băiatul nu se va mai apropia de computer şi îşi va dezvolta un simţ care-i va permite să prevadă cu

siguranță momentele de explozie ale tatălui. Copilul va ascunde alterarea sentimentului propriei valori şi pierderea încrederii în sine, iar în forul lui interior, se va distanța de tată pentru totdeauna. Ca urmare, tatăl nu va descoperi niciodată transformarea care a avut loc.

Sentimentele părinților nu pot să le facă rău copiilor. Ei suferă doar din pricina cuvintelor care însoțesc sentimentele. Copiii ştiu totul despre mâhnire, supărare, furie şi frustrare. Deşi nu le place să fie certați şi nici ca părinții să se certe între ei, certurile nu le aduc prejudicii. Dimpotrivă, îi ajută să dezvolte o relație armonioasă şi realistă cu propriile sentimente.

În familiile în care părinții se străduie permanent să păstreze spiritul rațional şi distanța, copiii ajung la concluzia că e ceva în neregulă cu ei. Nu e nimic greşit ca, din când în când, omul să fie irațional sau să aibă sentimente, limite şi pofte iraționale. Acestea reprezintă doar un semn că este o ființă vie, care nu se reduce la interpretarea unui rol şi că a fi acceptat de cei din jur nu este neapărat cel mai important lucru în viață.

Copiii ar trebui să poarte atârnată de gât o pancartă pe care să scrie: **Scuzați-mă, dar nu suport să fiu criticat.** Dedesubt, ar trebui să fie pusă o mică ştampilă oficială drăguță: **Critica este extrem de dăunătoare sănătății. Direcția sanitară.**

Când un prichindel de un an şi jumătate trage cărțile de pe raft sau „mătură" bibelourile de pe masă şi comodă, nu este deloc greşit să-l împiedicați, spunându-i: „Lasă aceasta! Nu vreau să faci aşa ceva!" Dacă nu aveți succes, nu este de asemenea greşit să-l scoateți din raza de acțiune a încercărilor sale.

Este însă greşit să-i spuneți: „Acum, însă, nu eşti nostim. Nu fi atât de neascultător. Încetează, dacă îți spune mama." Un copil de un an şi jumătate care se comportă astfel nu este nici nostim, nici neascultător, ci curios şi plin de poftă să cerceteze lumea. Mai târziu, dacă va merge la grădiniță şi va fi prea temător să se aventureze pe teren necunoscut, va auzi câteva observații critice cu privire la rezerva lui, pe care a dobândit-o cu atâta efort.

Cum rămâne însă cu cărțile de pe raft şi cu drăguțele vaze din Spania aşezate pe masă? Ar trebui să fie jertfite apetitului copilăresc pentru viață? Nu. Nu, dacă nu cumva reprezintă vreo jucărie. Ele pot fi protejate fără ca părinții să rănească sufletul copiilor, care nu au voie să le atingă.

Critica, jignirile şi încălcarea limitelor ne scapă adesea, fără să avem timp măcar să ne gândim. Apoi, nu mai e nimic de făcut, decât să ne asigurăm copiii că nu e vina lor, ci responsabilitatea noastră.

În spatele reacțiilor noastre negândite, se află adesea dorința de a le oferi copiilor noştri (şi partenerilor şi bunilor prieteni) tot ceea ce avem. Aceasta ne îndeamnă să le dăm mai mult decât ne putem asuma responsabilitatea. Apoi, dacă, cu cea mai mare naturalețe, încă mai cer, trebuie să decideți dintr-o dată: Trebuie să existe şi limite!

Adulții stabilesc ei înşişi ce sunt dispuşi să accepte de la ceilalți. Copiii însă, nu. Fundamentul existenței lor, mai ales în primii ani de viață, îl constituie încrederea deplină că părinții fac ceeea ce trebuie pentru copii şi pentru ei înşişi.

CONFLICTELE: SĂ LE EVITĂM SAU SĂ LE FACEM FAȚĂ?

De ce se ajunge la conflicte?

Conflictul apare atunci când două persoane vor lucruri diferite. Şi cum nu se întâmplă des ca doi oameni să dorească în acelaşi moment acelaşi lucru, rareori lipseşte dintr-o familie materia primă pentru conflicte. Din fericire, de cele mai multe ori, atât copiii, cât şi adulții sunt capabili să-şi coordoneze poftele şi nevoile cu ale celorlalți.

Această armonizare ne reuşeşte doar atunci când nevoile noastre individuale nu sunt dezaprobate, pe motiv că sunt vădit diferite de ale celorlalți sau opuse lor. Dacă ne sunt dezaprobate, nu suntem în stare să cooperăm şi să răspundem colectivității prin-

tr-un „Da" fără rezerve. Atunci, putem doar să ne supunem, iar supunerea este mereu limitată în timp şi limitativă.

Copiii mici îşi exprimă, de la început, dorinţele şi nevoile, în ordinea în care le simt. După ce încep să vorbească, le articulează clar şi personal. Ei nu au habar că şi părinţii lor au dorinţe şi nevoi, motiv pentru care, acestea trebuie să fie puse în balanţă permanent. Copiii nu sunt asociali de la natură, sunt doar neexperimentaţi.

Din grijă pentru starea de bine a copilului, proaspeţii părinţi se văd puşi întreaga zi în faţa provocării de a-şi lăsa deoparte propriile nevoi. Când poţi să *oferi*, *renunţând* parţial la tine, ai o puternică senzaţie de împlinire, dar şi de frustrare. Sentimentul de împlinire apare, printre altele, pentru că se obţine permanent un feedback vizibil şi solid. Copilul creşte şi evoluează. Stomacul e în regulă sau nu. Faţa zâmbeşte sau plânge. Îl aşezi în pat, doarme. Tuşeşte, se trezeşte.

În decursul câtorva luni, te obişnuieşti cu acest „mecanism de feedbeck rapid" şi uneori uiţi că ceea ce dai este o investiţie pe termen lung, care va deveni profitabilă abia peste trei, cinci sau douăzeci de ani.

În acelaşi timp, este şi frustrant. Nimeni nu poate duce o viaţă satisfăcătoare, atunci când trebuie să lase permanent deoparte propriile nevoi în favoarea nevoilor altora, decât dacă ar fi convins că sensul vieţii constă în a fi aici pentru ceilalţi. Dar chiar şi atunci, de cele mai multe ori, undeva în adâncul sufletului, pâlpâie speranţa la o răsplată pe măsură.

Apoi, când copiii ajung pe la vârsta de un an, se stabileşte o balanţă mai bună şi mai sănătoasă între nevoile lor şi cele ale adulţilor. Atunci e momentul ca părinţii să-şi arate copiilor propriile nevoi, atât prin intermediul acţiunilor fizice, cât şi sub formă verbală: prin dialog şi dezbatere.

În ce credem?

În acest moment, este înţelept să reflectăm, încă o dată, la propriul sistem de valori, pentru a crea o coerenţă în comportamentul şi în „politica" părinţilor. Altfel, se poate întâmpla să aibă mereu prioritate doar cel care consideră să atragă atenţia cel mai puternic asupra nevoilor sale.

Este vorba despre o alegere între mai multe căi, dintre care esențiale sunt trei:

FAMILIA PATRIARHALĂ

Se poate îmbrățișa ideea că oricum se ştie ce este necesar şi cel mai bine pentru copil. Într-un asemenea caz, e de la sine înțeles că totul va fi dominat de nevoile şi dorințele părinților.

Acesta era drumul pe care mergeau părinții, în mod automat, în urmă cu doar o generație sau două, fiind, de fapt, singurul drum cunoscut pe atunci.

FAMILIA DEMOCRATICĂ

Părinții pot împărtăşi părerea conform căreia copilul îşi cunoaşte cel mai bine nevoile şi este important să primească ceea ce are nevoie. În acest caz, dorințele şi nevoile copilului devin centrul în jurul căruia gravitează viața familiei.

Aceasta reprezintă o contrareacție la primul tipar familial a multor familii moderne cu copii.

FAMILIA CU MEMBRI ECHIVALORICI

Putem fi de părere că familia, ca formă de convietuire, are sens şi deschide perspective doar atunci când nevoile tuturor membrilor ei sunt considerate la fel de importante şi sunt îndeplinite în cea mai mare măsură posibilă.

Aceasta numesc eu familie cu membri echivalorici.

Fireşte, atât de simplificat şi clar pot fi prezentate lucrurile doar în cărți. Realitatea este mai complexă şi mai nuanțată. Probabil că familiile în sânul cărora s-au născut copii în ultimul deceniu se află într-o fază de tranziție, în care se combină, în diferite proporții, toate cele trei concepții prezentate. Nu contează dacă familia este guvernată în formă pură de unul sau de toate cele trei principii descrise. Important este ca drumul ales să fie cel corect pentru membri familiei.

Familia patriarhală este încă foarte răspândită în unele regiuni din Europa, mai ales acolo unde femeile nu au putut încă să-şi câştige drepturile cuvenite, în principiu, doar bărbaților. O asemenea familie există însă şi în formă *matriarhală*. Din punct de vedere al sănătății, aceasta reprezintă un fiasco, dar în privința distribuției puterii, asigură, într-o anumită măsură, linişte şi stabilitate. În țările scandinave, se poate observa clar că, de cele mai multe ori, copiii cu probleme psihice sau sociale provin din sânul unor asemenea familii.

Al doilea tip de familie prezentat mai sus este democratic ca filozofie, dar în decursul anilor, a evoluat, deseori, către o veritabilă dictatură a copiilor, în care nu se simt bine nici aceştia şi nici adulţii. Cu siguranţă, există excepţii foarte fericite, la care regulile de joc democratice reprezintă completări valoroase. Într-un alt context, am numit acest tip de familie „familia – serviciu”[6], pentru că părinţii sunt din ce în ce mai preocupaţi să satisfacă dorinţele şi nevoile copiilor, pierzându-le din vedere pe ale lor.

Problema apare parţial pentru că, pornind de la modul în care se acţionează încă, părinţii nu observă adesea că poate exista o diferenţă între ceea ce le face plăcere copiilor şi ceea ce au nevoie. După cum se ştie, copiii au chef oricând de tot ce e posibil, iar dacă părinţii încearcă să satisfacă orice dorinţă, acest fapt este expresia autentică a angajamentului şi dragostei lor pentru copil.

Însă, un serviciu nu înseamnă dragoste, ci un serviciu. La fel cum o jucărie nu e dragoste, ci jucărie şi nici banii nu reprezintă dragoste, ci bani. De aceea, în curând, copilul va trebui să se descurce fără dragoste şi, în acord cu felul în care părinţii înţeleg să-şi manifeste afecţiunea, va solicita tot mai multe servicii.

Cu cât părinţii îşi lasă mai mult de-o parte propriile nevoi, cu atât vor părea mai puţin individualizaţi şi, prin aceasta, mai puţin apropiaţi de copii. Dragostea fără apropiere este însă ca şi cum în loc de mâncare ni s-ar servi lista de bucate. Foamea s-ar dubla.

Drept urmare, de multe ori, copiii devin o pacoste pentru societate, pentru că, în orice comunitate, se comportă ca şi cum ea ar fi acolo pentru ei. Ei procedează aşa nu pentru că ar fi asociali, ci pentru că aşa funcţionează familiile lor.

Din acest cerc vicios nu se poate ieşi exersând fixarea de limite copilului şi răspunzându-i prin „Nu” în loc de „Da”. Mai mult, părinţii trebuie să-şi descopere sau să-şi redescopere propriile dorinţe şi nevoi, să găsească curajul de a le articula şi să insiste să le fie luate în serios. Ei ar trebui să înveţe, nu să spună „Nu” copiilor, ci „Da” lor înşile. Dacă acest lucru le va reuşi din ce în ce mai des, tiranul se va micşora, ajungând la dimensiunile unui copil, şi va redeveni suportabil.

Este un paradox interesant că, în cultura noastră, considerăm vinovat un comportament agresiv şi cu tendinţe către autoafirmare şi nevinovat un compor-

tament dezinteresat. Ca şi cum indivizii din urmă ar fi mai fericiți decât cei dintâi.

Prințese şi prinți

O dramă asemănătoare se poate observa în zona culturală a Europei sudice şi în unele familii scandinave, în care părinții aşteaptă foarte multă vreme sosirea pe lume a unui copil. Odată apărut în sânul familiei, acesta capătă rapid statutul de prinț sau prințesă şi i se oferă permanent cele mai bune haine şi cele mai scumpe şi moderne jucării, este admirat şi adorat cu orice prilej.

Cu admirația şi adorația se întâmplă însă acelaşi lucru ca şi cu serviciul: sunt considerate manifestări ale dragostei, dar nu creează contact. După câțiva ani, copilul se va purta precum un prinț sau o prințesă veritabilă şi va obliga întreaga familie să facă ce vrea el / ea.

Atunci, părinții devin confuzi şi frustrați: „Noi i-am oferit totul şi ea este atât de nerecunoscătoare!" Intervalele de timp la care va primi cadourile se vor mări din ce în ce mai mult şi prințesa va fi pedepsită,

până va fi îngenunchiată şi va deveni smerită. A greşit din pricina naivității: nu a ştiut că, dacă pe un pachet scrie dragoste, acesta nu conține neapărat şi afecțiune.

Cine stă în centru nu face parte din colectiv.

Cu timpul, copilul va învăța să evite mânia părinților, dar în forul lui interior, nu se va vindeca niciodată. Îşi va aminti, ca de „vremurile bune", de perioada când avea statut de prințesă şi este foarte probabil ca atunci când va avea proprii copii, să repete greşeala părinților ei.

Conflictul sănătos

În familiile în care se încearcă păstrarea cât de cât a unor relații reciproce echivalorice între membri ei, nevoile părinților se vor ciocni inevitabil, din când în când, de cele ale copiilor. Ca atare, este util să se cunoască desfăşurarea firească a unui conflict, mai ales atunci când, aşa cum s-a întâmplat în cazul părinților lui Caroline (vezi pag. 23), există tendința de a percepe plânsul şi frustrarea ca elemente negative.

Cu toții avem o capacitate înnăscută de a traversa conflictele astfel încât să învățăm şi să progresăm cu

ajutorul lor. Din diferite motive, mulți adulți au pierdut această abilitate sau au fost făcuți să înțeleagă că ar fi ceva copilăresc. Drept urmare, au încetat să-şi folosească această aptitudine şi încearcă, la rândul lor, să-şi determine copiii să se lepede de ea. Este păcat, pentru că este vorba despre singura abilitate care ne poate menține sănătoşi psihic toată viața. Există sectoare ale vieții publice şi profesionale, unde această capacitate nu este privită cu ochi buni, de aceea este important să o punem în valoare în sânul familiei.

Caroline este un copil sănătos tun. Dacă are poftă de ceva, deschide gura şi spune ce vrea. Dacă este refuzată, încearcă o altă cale pentru a-şi satisface dorința. Dacă eşuează din nou, plânge (se întristează) – şi apoi se linişteşte. După un asemenea proces, părinții se pot felicita, cu conştiința împăcată, că au un copil sănătos. Nu există niciun motiv, dar absolut niciunul, pentru care să fie neliniştiți sau să se simtă vinovați.

Mulți ştiu de la copiii ceva mai mari: aceştia încearcă cu încăpățânare să-şi determine părinții să le ofere ceea ce vor şi, când trebuie să recunoască că nu vor reuşi, se aruncă pe pat plângând. Dacă mergi după ei şi încerci să le explici sau să-i consolezi, eşti dat afară din cameră. Aceasta înseamnă: „Să nu mă

deranjezi când sunt supărat, pentru că apoi voi fi şi mai mult timp frustrat." Dacă ne vom limita la a ne aşeza pe marginea patului şi a pune mâna protector pe spatele copilului, probabil că ni se va da voie să rămânem.

Pe măsură ce cresc, la copii se dezvoltă un anumit simț al proporțiilor şi nu mai izbucnesc mereu imediat în lacrimi. Se mulțumesc doar să fie puțin trişti şi puțin interiorizați. Adesea, părinții înțeleg greşit mesajul şi spun că este bosumflat copilul. Şi acesta este un malentendu des întâlnit la adulți. E important să poți fi trist atunci când ai pierdut ceva, indiferent că este vorba despre un bun prieten, un membru al familiei, un hamster sau bucuria cu care aşteptai un cornet de înghețată. La fel ca şi adulții, copiii pot trăi mâhnirea absolut singuri, deşi cel mai bine este alături de cineva cunoscut – alături de cineva care să ştie că în mintea unui copil de un an şi jumătate, un cornet cu înghețată poate fi cel mai important lucru de pe lume.

Dacă reuşim să ne păstrăm această capacitate întreaga viață, relația noastră cu semenii va dobândi o altă calitate. Învățăm să preluăm responsabilitatea pentru propria viață, fără a mai învinovăți pe alții pentru eşecurile noastre. Caroline este pe cale să înve-

țe prima lecție: nu primeşti întotdeauna ce ți-ar plăcea şi, în asemenea situații, nu e nimic altceva de făcut decât să bâzâi pentru aceasta. Ea nu este nici irațională şi nici nu se comportă aiurea şi nu ar trebui să fie nici rațională şi nici o fetiță cuminte. Este aşa cum trebuie să fie, iar părinții ei trebuie să învețe să se bucure de copilul pe care îl au, atunci când plânge pentru cornetul de înghețată neprimit.

Nefericit sau doar frustrat?

În cazul conflictelor cu copiii, este indicat să se facă distincția între starea de nefericire şi cea de frustrare a acestora. Copiii mici pot da impresia că trăiesc simultan ambele senzații, dar, cu puțină atenție, putem învăța să recunoaştem repede diferența dintre ele.

Frustrarea este o componentă necesară a oricărui proces de învățare, iar copilăria este tocmai un lung proces de învățare. Abia pe parcursul maturizării noastre, învățăm să ne prelucrăm în tăcere micile frustrări. Dar între un adult care-şi loveşte cu piciorul cauciucul stricat al maşinii şi un copilaş de doi ani

care aruncă lingura pe jos pentru că i-a căzut mâncarea din ea în timp ce o îndrepta către gură, nu există nicio deosebire.

Când copiii sunt frustrați, nu ar trebui să fie consolați ca şi cum ar fi nefericiți. Din când în când, trebuie ajutați să folosească corect lingura, să se descurce cu maşina din jocul de lego sau cu tema la aritmetică. Dacă sunt frustrați din cauza părinților, au nevoie sau de linişte sau de confirmarea faptului că frustrarea le-a fost remarcată şi totul este în ordine. „Nu foloseşte la nimic să te bosumfli!", ne spuneau părinții generației mele, atunci când eram frustrați. Ei credeau că „facem mutre" ca să-i manipulăm şi nu ştiau că ne comportăm aşa ca să ne regăsim echilibrul cu noi înşine.

Copiii sunt nefericiți dacă pierd ceva drag şi scump: o jucărie din pluş, o prietenie, dragostea şi înțelegerea părinților, încrederea în mama sau în tata. De asemenea, sunt nefericiți atunci când părinții se despart. Atunci, au nevoie de tot ce le putem pune la dispoziție din domeniul apropierii, înțelegerii, empatiei şi răbdării.

Copiii sunt diferiți unul de altul şi fiecare vrea să spună în felul său când simte apropierea de care are

nevoie şi când se simte sufocat de afecțiune. Ultima atitudine se întâmplă atunci când nu le mai putem suporta nefericirea şi încercăm să le-o înlăturăm înainte de a fi trăită şi consumată până la capăt.

Confruntarea înseamnă apropiere

O confruntare nu este neapărat violentă sau emoțională. Confruntarea înseamnă doar că unul dintre parteneri doreşte altceva decât celălalt şi că ambii spun tare: „Ar trebui să te speli pe dinți înainte de culcare!", iar replica sună: „Astăzi nu am chef."

Când apar confruntări, nu este recomandabil să deviem de la subiect. Dacă îi răspundem copilului prin: „Am o poveste frumoasă, pe care să o citim după ce te bagi în pat.", aceasta va avea probabil efect în situația dată, dar pe termen lung, el va învăța din aceasta doar cum să-i manipuleze pe cei din jur.

Într-o situație similară, când nu există prea multe de negociat, e mai bine să i se dea timp copilului. Apoi, poate fi luat în brațe şi să i se spună: „Acum ți-a mai trecut, ai putea să te speli pe dinți?"

Timpul despre care vorbesc este un remediu miraculos – trecut adesea cu vederea – în cazul conflictelor cu copiii de orice vârstă. De ce funcționează atât de des să-i oferim copilului, în funcție de natura conflictului, cinci minute, două ore sau trei zile, se poate explica pe seama vieții în perioada copilăriei.

Atunci când trebuie să facă ceva de care nu au chef în momentul respectiv, copiii, la fel ca şi adulții, au nevoie de timp pentru a găsi poziția din care să poată spune „Da". Dacă nu le este permis acest timp, vor spune doar „Desigur!" şi vor trebui să renunțe la integritatea personală. Pe terenul de fotbal sau la grădiniță, ei pot hotărî pe deplin să se supună unei asemenea forme de disciplină, dar în fața părinților le lipseşte libertatea deciziilor.

Copiii se aşteaptă atât de mult să coopereze cu părinții, încât simt suspiciune şi jignire atunci când aceştia îi constrâng să colaboreze. În universul copilului, nu spălatul pe dinți reprezintă o problemă, ci faptul că e pusă la îndoială dragostea lui pentru părinți. Odată cunoscut acest lucru, este mai uşor să se stabilească prioritățile.

Aşadar, dacă părinții pot lăsa timp copiilor, se evită multe conflicte inutile şi istovitoare. Dacă, dim-

potrivă, folosesc timpul ca pe un truc pentru a-şi impune voința în fața copiilor, acesta nu va funcționa. În această privință, copiii sunt aidoma adulților: vrem, dacă e cât de cât posibil, să cooperăm cu plăcere, dar nu ne place să ni se obțină colaborarea prin manipulare.

Dialogul şi negocierea

Dacă dorințele şi nevoile copiilor sunt în contradicție cu cele ale părinților, este nevoie de dialog şi negocieri pentru a reuni contrariile la un nivel superior. Ar trebui avut permanent în vedere că, pentru prosperitatea şi starea de bine a familiei, este hotărâtoare calitatea *procesului* (vezi pag. 20). Calitatea cere adesea chibzuință, dar în principiu dialogul personal este însă mult mai scurt decât dialogul impersonal. Pentru starea de bine a familiei calitatea dialogului este mai importantă decât rezultatul acestuia.

Pentru dialogul personal, nu există o metodă pe care să şi-o poată însuşi oricine, nici vreo procedură stabilită o dată pentru totdeauna, cum se întâmplă, de pildă, în cazul proceselor democratice. Ne putem gândi la câteva linii şi principii directoare (de exemplu, acelea care rezultă din această carte) şi eventual să le urmăm, dar o metodă anume nu există.

Această lipsă a metodei este caracteristică pentru acele relații interumane bazate, în esență, pe dragostea reciprocă. Comportamentul față de colegi la locul de muncă, față de şef sau față de vecini, se poate învăța şi, în această privință, este vorba despre deprinderea unor anumite ritualuri. Putem învăța cum să dresăm un câine sau un cal. Pentru aşa ceva există metode. Pentru comportamentul vizavi de semenii aflați permanent în jurul nostru, însă, nu există. Metodele anulează diversitatea şi, prin aceasta, echivaloarea.

Zi de zi trebuie să facem față acestei nesiguranțe şi să ne ajutăm să progresăm cu ajutorul experimentelor. Ce a reuşit ieri, se poate ca astăzi să nu mai meargă, dat fiind că, pe plan personal, suntem într-o continuă schimbare. Este altfel decât în cazul majorității celorlalte relații în care intrăm, pentru că în ele deținem un rol, de cele mai multe ori relativ stabil. Când acesta se schimbă, putem învăța repede regulile de joc corespunzătoare noului rol.

În familie, dimpotrivă, avem sarcina de a privi dorințele şi nevoile celorlalți cu aceeaşi seriozitate ca

şi pe ale noastre – sau pe ale noastre cu aceeaşi seriozitate ca pe ale celorlalți, în funcție de punctul de la care pornim. Este interesant de constatat că, şi în această privință, copiii şi adulții au ceva în comun: când avem senzația că dorințele şi nevoile noastre sunt luate în serios, devine mai puțin important pentru noi să avem dreptate până la capăt sau să primim ceea ce dorim.

EXEMPLU

La întrebarea lui Kaspar: „Am voie să dorm mâine la Fredrik?", tatăl său răspunde: „Nu, Kaspar, şi noi vrem să stai cu noi." În acest caz, se află în opoziție două dorințe diferite.

Dacă tatăl ar replica: „Nu cred, Kaspar. E important?", prin aceasta i-ar da un imbold fiului să-şi justifice dorința. Ar fi un avantaj pentru Kaspar, pentru că s-ar simți luat în serios şi, de asemenea, pentru tată, care ar putea descoperi, ce poziție ar trebui să ia, abstracție făcând de întrebarea, în ce pat va dormi fiul în noaptea următoare.

Ca persoană sănătoasă şi energică, Kaspar ar putea, probabil, să-i mărturisească din proprie inițiativă tatălui, de ce este important pentru el să doarmă la

Fredrik şi atunci, aceasta s-ar întâmpla sub forma argumentelor pentru un *lucru*. Dacă însă, tatăl este cel care solicită justificarea, Kaspar va percepe cererea ca pe un interes pentru *persoana* lui. Tatăl nu are nevoie să caute contraargumente. El poate să-şi pună în evidență propria persoană, spunând, de exemplu: „Săptămâna viitoare voi fi mai puțin pe acasă, de aceea, aş vrea să mai stau acum puțin împreună cu tine."

În ciuda acestui fapt, Kaspar se poate hotărî să-şi prefere prietenul şi probabil că atunci tatăl ar decide să-şi folosească puterea: „Înțeleg că ai prefera să fii la Fredrik, dar eu vreau să rămâi acasă." Dacă are senzația că e luat în serios, pentru Kaspar este mult mai uşor să accepte că se ia o hotărâre în privința lui.

Dacă peste o jumătate de oră a renunțat la planurile cu Fredrik, el poate chiar să se bucure de seara petrecută împreună cu tatăl lui.

Unor adulți le vine greu să se ia în serios pe sine pentru că au existat prea puțini oameni de care să fi fost luați în serios în copilărie. Trăirea unei asemenea experiențe, creează dificultăți în a-ți lua în serios proprii copii, lucru care însă nu va fi imposibil, dacă ai un partener adult, alături de care să te antrenezi. Ajutorul este important, pentru că altfel, poți ajunge să fi

luat prin surprindere de către copii sau să te extenuezi în nesfârşite lupte cu aceştia pentru câştigarea puterii.

Miezul responsabilității părinților pentru calitatea relaționării în familie este să aibă inițiativă şi să le ceară activ copiilor să-şi exprime dorințele şi nevoile. Altfel, aceştia nu vor învăța să vorbească despre ei, ci doar să aducă contraargumente părinților. Procedând aşa, de fiecare parte va spori necunoaşterea celuilalt şi e posibil ca amândoi să ajungă la concluzia nefastă că, în cazul conflictelor interumane, folosirea limbajului este inutilă.

- Nu cred, eu înțeleg... explică-mi măcar...
- Mi-ar plăcea să ştiu, de ce este important pentru tine să...
- Nu-mi pot imagina clar, că... de aceea aş vrea să ştiu, ce te-a determinat să...?
- Nu ştiu ce să spun. Trebuie să mă ajuți. Spune-mi, de ce-ți place să...

Acestea sunt exemple de expresii cu ajutorul cărora părinții pot iniția negocieri lămuritoare şi prolifice, pe baza cărora să poată lua decizii ulterior.

Mai ales copiii mici (preşcolarii) sunt cei care colaborează permanent cu părinții. Acest lucru nu se

recunoaşte neapărat din comportamentul lor direct, dar, „în culise", ei se străduie în mod constant să cunoască personalitatea părinților şi felul în care aceştia se comportă cu ceilalți oameni. Felul în care ne comportăm cu copiii în situațiile conflictuale îl vom recunoaşte, din când în când, în atitudinea lor față de noi în situații similare. În aceeaşi măsură în care vom reuşi să-i luăm în serios, o vor face şi ei, la rândul lor, față de noi.

Întotdeauna copiii au doar un model preferat: al tatălui sau al mamei. În cele mai multe familii se cunoaşte aceasta, numai că se formulează altfel: „Băiatul este leit tatăl său, dar seamănă la caracter cu mama.", se spunea înainte.

Legătura mai specială dintre copil şi unul dintre părinți nu are nimic în comun cu sentimentele. Ei nu iubesc un părinte mai mult decât pe celălalt, iar motivul nu este dragostea mai multă primită din partea mamei sau a tatălui. Nu ştim de ce se întâmplă aşa, ştim doar că, atunci când, dintr-un motiv oarecare, persoana preferată dispare din viața cotidiană a copilului, acesta are mari probleme. Şi nici celuilalt părinte, rămas apoi să stea permanent cu copilul, nu-i va fi uşor. Cu oricât de multă dragoste şi responsabilitate

s-ar strădui să-i ofere copilului ceea ce-i lipseşte, va fi în zadar.

Aşadar, copiii învață în special de la *un* om, cum se gestionează conflictele cu sine şi cu ceilalți. Acest lucru este important în contextul nostru pentru că, cel căruia îi seamănă copilul cel mai mult, percepe adesea conflictele ca extrem de provocatoare şi dramatice. Nu este întotdeauna o plăcere să te priveşti în oglindă, dar astfel ni se atrage atenția cât de important este ca părinții să-şi asume responsabilitatea conflictelor în loc să pună vina pe umerii copiilor.

Copiii iau în serios dorințele şi nevoile părinților în aceeaşi măsură în care aceştia le iau în serios pe cele ale copiilor lor. Inițiativa le aparține părinților, ei fiind cei care demarează procesul.

Deşi acest fapt este important în orice relație între adulți şi copii, ar trebui să fie conştientizat mai ales de cei care conviețuiesc cu copii vitregi. Un tată vitreg sau o mamă vitregă ar trebui să fie cât de autentic şi personal poate în relația cu copiii noului partener. Sau mai exact: dacă nu vor fi aşa, li se va prezenta foarte curând şi foarte direct nota de plată.

Într-un anumit sens, educația presupune mereu o încălcare a limitelor copilului. Indiferent cu cât

de multă onestitate este făcută, educația înseamnă şi manipulare. Presupunând că manipularea este făcută cu măsură, copiii o acceptă fără prea multe obiecții atunci când vine din partea părinților naturali şi aceasta pentru că îi iubesc necondiționat, iar de dragostea părinților nu se îndoiesc.

Copiii sunt capabili şi să accepte în viața lor un nou adult. Aceasta însă necesită timp şi va reuşi deplin doar atunci când copilul va simți că noul partener este bun pentru tatăl sau mama lui. Măsurile educaționale ale noului adult le acceptă însă abia când simt că acesta îi cunoaşte şi îi acceptă aşa cum sunt. Este singurul substitut al iubirii necondiționate pe care copiii îl admit şi poate dura chiar cinci-şase ani până să obții calificarea.

Mulți părinți vitregi, cărora nu le este clar acest fapt, trec prin experiențe dureroase. Ei îşi pun angajamentul şi responsabilitatea în slujba noii familii, pentru ca apoi, când li se spune: „Tu nu eşti tatăl meu adevărat!", să se simtă permanent respinşi.

Ei nu ştiu că această replică înseamnă doar: „Nu pot să te las să te apropii atât de mult de mine, atâta vreme cât nu te-ai calificat pentru aceasta şi cât eu nu ştiu dacă pot avea atâta încredere în tine, încât să te

las să hotărăşti cum să evoluez. Nu trebuie să pleci, ci doar să te retragi un pas înapoi."

Părinții vitregi trebuie să încerce să se împrietenească cu copiii partenerului înainte de a fi co-educatori ai acestora. Părinții biologici au de îndeplinit această sarcină, abia după ce şi-au îndeplinit rolul de educatori.

„Nu"– un răspuns plin de dragoste

De generații, părinții împărtăşesc părerea conform căreia copiii ar trebui să respecte când li se spune „Nu". A sosit momentul să învețe aceasta chiar şi ei înşişi!

Cred că cei mai mulți oameni sunt într-atât de romantici, încât sunt mereu mulțumiți de sine atunci când în familie domneşte armonia. Pur şi simplu, preferăm să ni se răspundă prin „Da", decât prin „Nu". Probabil că are legătură şi cu dezideratele şi aşteptările din familia patriarhală faptul că un „Da" este perceput ca un răspuns mai afectuos şi mai solidar, dar motivele reale sunt, după părerea mea, mai profunde.

Relațiile noastre de afecțiune încep printr-un „Da". Printr-un „Da" adresat partenerului şi, de cele mai multe ori, printr-un „Da" fără rezerve spus copiilor noştri. Face parte din natura îndrăgostirii ca noi, pe cât se poate, să ne spunem „Da" unii celorlalți şi să ne mai spunem „Da" şi atunci când, de fapt, nu mai putem să ne asumăm responsabilitatea. Ne îndrăgostim nu numai de celălalt, ci şi de uniformitate, armonie, ataşament şi uniune.

De cele mai multe ori, trec cinci-zece ani până începem să simțim acut dezechilibrul. Acesta se produce nu pentru că am fi răspuns prea des prin „Da" celuilalt sau societății, ci pentru că ne-am răspuns prea rar prin „Da" nouă înşine.

În relația cu copiii, de multe ori, criza se instalează ceva mai repede, după doi-trei ani, când cel mic începe să le răspundă mai activ prin „Nu" părinților şi prin „Da" sie însuşi. Aşadar, atunci când se smulge deodată din totala grijă părintească şi vrea să hotărască de unul singur. În acest moment, devin mai clare individualitatea copilului şi deosebirea lui față de părinți şi aşteptările acestora, lucruri pe care copilul le poate exprima verbal.

Un „Nu" spus de copil părinților este un răspuns plin de dragoste, pentru că nu se referă la relația lui cu ei. Este un „Da" pe care şi-l spune sie însuşi ca persoană şi e felul lui de a se delimita în relațiile cu părinții. Întrucât copiii de doi ani au doar momente trecătoare în care gândesc abstract şi se exprimă, trebuie să spună „Da" relativ la anumite lucruri concrete: de exemplu, când îşi încalță singuri pantofii, când se spală singuri pe dinți, când îşi aleg singuri hainele şi când merg prin oraş, fără a se ține de mâna mamei.

Ca şi până acum, pentru copil este important să coopereze şi să le spună „Da" părinților, iar dacă răspunsurile lui negative sunt apreciate, va răspunde şi pe viitor, de cele mai multe ori, prin „Da". (A respecta un „Nu" spus de copil înseamnă că este apreciat favorabil şi luat în serios, nu neapărat că este ascultat.)

Cu părinții, lucrurile se desfăşoară la fel, atât în relația dintre ei, cât şi în cea cu copilul. Le place cel mai mult să spună „Da" şi au tendința să facă aceasta prea des sau cu prilejuri nepotrivite. Unii spun „Da" considerând aceasta o obligație sau o responsabilitate, alții pentru că se tem de consecințele unui „Nu", o altă categorie pentru că nu sunt siguri pe ei şi, în sfârşit, alții pentru că-l iubesc atât de tare pe celălalt, încât uită de ei înşişi.

Pentru mulți dintre noi, este într-atât de important să le spunem „Da" rudelor noastre, încât un „Nu", atunci când, în sfârşit, îl pronunțăm, sună agresiv şi trebuie să ne justificăm pentru el ore în şir. Este pur şi simplu dificil să le spunem „Nu" cu conştiința curată celor dragi.

Însă, a spune mereu „Da" este problematic, pentru că ne aşteptăm foarte repede ca şi ceilalți să procedeze la fel. Dacă această evoluție nu va fi stopată, foarte curând, viața de famlie va înceta să mai fie un dar şi va deveni o obligație, care trebuie dusă la capăt numai cu ajutorul unor calcule complicate (Astăzi ți-am spus de cinci ori „Da", când de fapt eu eram de părere că „Nu", aşadar, îmi eşti dator de cinci ori!). După câțiva ani, vom ajunge atât de departe, încât vom aduna bonuri de rabat pe viața celuilalt, care nu vor putea fi nicicând răscumpărate. Răsplata se va lăsa aşteptată. În locul ei, vom primi binemeritata pedeapsă.

Din acest motiv, este important pentru sănătatea familiei, să învățăm să ne spunem reciproc „Nu" cu conştiința curată şi să ne sprijinim unii pe ceilalți să facem acest lucru.

Nu este prea greu. E nevoie doar să continuăm să ne uităm la expresia feței celuilalt când e pe punctul de a spune „Da", deşi, de fapt, este de părere că „Nu", şi să-i cerem să-şi spună părerea cu voce tare.

- Ai spus „Da", dar chipul tău arată ca şi cum de fapt ai fi de părere că „Nu".
- Poți spune „Nu", dacă aceasta crezi.

În cele mai multe cazuri, am învățat să facem exact contrariul: când presimțim un „Nu", începem cu mult zel să încercăm să convingem. Metoda aceasta are succes pe termen scurt, dar, în perspectivă, conduce la costuri ridicate, sub forma unei afecțiuni mai reduse şi a mai multor conflicte.

O bună explicație pentru această evoluție se bazează pe un fapt valabil pentru toți oamenii, indiferent de vârstă. Numai atunci când realizăm că avem voie să spunem şi „Nu" şi că acesta este respectat, putem să ne spunem „Da" unii altora din toată inima. Altfel, o vom face incomplet si totul se va încheia cu un mare „Nu"!

Unii părinți se tem că viața lor de familie va deveni complet haotică, dacă adoptă acest principiu. După

zece ani de convietuire, este posibil să presimtă, că o asemenea atitudine ar putea influența într-un fel parteneriatul, dar aceasta ar trebui să învețe şi copiii! Dacă fiecare face doar ce vrea, cum să realizăm noi vreodată ceea ce trebuie făcut?

Practica dovedeşte că, în familiile în care „Nu"-ul a fost legalizat, după un timp, membri acestora îşi spun mai rar „Nu" decât înainte, când aceasta se întâmpla cu precădere la nivel nonverbal.

„Nu"-ul despre care vorbim, nu este un „Nu" adresat comunității, ci un „Da" spus sinelui în cadrul acesteia. Un asemenea răspuns are avantajul că se învață preluarea responsabilității pentru sine în cadrul familiei. Iar oamenii care sunt capabili să preia responsabilitatea pentru sine, manifestă un sentiment mai puternic de responsabilitate pentru ceilalți.

Nu se pune problema ca fiecare să-şi urmeze propria plăcere mereu şi peste tot. Plăcerea ca principiu de viață este iluzia copilăriei şi a societății de consum. Este vorba mai mult despre libertatea de exprimare a propriei individualități, astfel încât orice membru al familiei să poată aprecia cum se raportează la comunitate această individualitate şi cum poate evolua comunitatea în acest caz, astfel încât să fie loc pentru

toată lumea. Încă mai există părinți care conduc şi hotărăsc, chiar dacă, comparativ cu cei de odinioară, ei trebuie să cedeze puțin din putere. Trebuie să renunțe la vechiul „Tu trebuie să faci ce-ți spunem noi! Şi aceasta, imediat!" – sau să-l păstreze în funcție de intențiile pe care le au cu familia lor.

A avea voie să spui „Nu" şi „Nu ai voie decât până aici, niciun pas mai departe" are de-a face şi cu dreptul părinților de a-şi stabili limitele, de a se delimita în raport cu copiii. În măsura în care „Nu"-ul spus copiilor este un „Da" adresat nevoilor lor proprii, esențial personale, acest „Nu" este unul plin de dragoste. Însă un „Nu" spus ca legitimă apărare, după ce s-a mers prea mult şi prea departe cu „Da", nu funcționează. Dacă aşteaptă prea mult, adulții se transformă în victime şi copiii devin vinovați.

Şi aici este valabil principiul: dacă părinții se aşteaptă ca „Nu"-ul lor să fie respectat de copii, trebuie ca şi ei să respecte „Nu"-ul copiilor.

Uneori, „Nu"-ul copilului este atât de important pentru el, încât părinții trebuie să-l ia, fără îndoială, la cunoştință. De cele mai multe ori însă, este o chestiune de timp până când „Nu"-ul se transformă în „Da".

Şi foarte des, „Nu"-ul copiilor nu are nicio importanță pentru viața lor. Iată un exemplu:

– Te rog, întinzi tu rufele?

– Nu, nu am chef!

– Bine, dar nu trebuie să ai chef. Poți face aceasta şi fără să ai chef. Important este să o faci.

– Dar, tocmai mă uit la televizor!

– Aceasta văd, dar în ciuda acestui fapt, vreau să faci ce te-am rugat.

În multe familii moderne, părinții au conştiința încărcată pentru că, din diferite motive, spun un mare „DA" lor înşişi şi investesc mult timp şi energie în muncă, formare profesională şi carieră. Unii sunt tentați să compenseze acest „Nu" adresat copiilor trecând peste propriile limite atunci când, în sfârşit, sunt împreună cu aceştia şi spunând „Da" ceva mai des decât pot să-şi asume responsabilitatea.

Dar matematica iubirii nu funcționează aşa. „Da" într-o anumită direcție nu poate compensa un „Nu" dintr-o alta, nici chiar între adulți. Cu cât părinții au mai puțin timp unul pentru celălalt şi pentru copii, cu atât este mai important să fie autentici atunci când

sunt împreună. Fireşte, există riscul ca cei mici să fie nemulțumiți de părinții lor, dar aşa ceva este mai sănătos pentru ambele părți, decât să fie nemulțumiți de ei înşişi.

Toți membri unei familii au nevoie, înainte de toate, să spună „Da" colaborării şi să fie cât se poate de valoroşi pentru viața celorlalți. Numai atunci când îi permitem lui „Nu" să apară în familie, putem evita ca această nevoie să devină obligație şi dragostea să se transforme în vinovăție.

Pofte şi nevoi

Unul dintre cele mai importante motive pentru care părinții ar trebui să se delimiteze, să le impună limite copiilor şi să-şi folosească puterea, este pentru că, aceştia din urmă nu ştiu de ce anume au nevoie. Ei ştiu doar de ce anume au chef.

Ce am spus este puțin simplificat pentru că, în fond, copiii „ştiu" foarte bine de ce au nevoie, dar nu pot formula aceasta verbal. De cele mai multe ori, ei nu pot cuprinde în cuvinte nevoile lor fundamentale, dar când simt că acestea nu sunt satisfăcute mulțumitor, ştiu să dea de înțeles aceasta foarte bine celor din jur.

Ei nu-şi manifestă nemulțumirea verbal, ci schimbându-şi comportamentul. Copiii nu pot spune: „Ascultă, eu vreau să fiu privit drept cel care sunt", ci se închid în sine sau atrag atenția asupra lor în mod stăruitor. Această atitudine o pot avea acasă, în cazul în care mai speră că părinții vor reacționa pozitiv, dar cel mai des o afişează la grădiniță, la şcoală sau pe stradă.

Face parte din responsabilitatea părinților să fie receptivi atunci când copiii spun ce le place şi ce nu. Dacă fiica vrea un cornet cu înghețată sau încă o păpuşă Barbie, aceasta nu are nicio legătură cu psihologia; este doar aşa cum ar trebui să fie. Dacă însă începe să se bosumfle şi este mereu în căutare de conflicte, atunci înseamnă că nu-i lipseşte nici înghețata şi nici păpuşa, ci altceva. Este reponsabilitatea părinților să descopere despre ce este vorba.

Nu este înțelept să facem din plăcerile copiilor firul conducător al vieții de familie. Când aceştia primesc tot ceea ce îşi doresc, cu siguranță nu capătă lucrul cel mai important de care au nevoie, contactul apropiat cu adulți conştienți de responsabilitatea lor. Este foarte bine, dacă toți membri familiei sunt con-

sultați ce să se mănânce la dejun şi aceasta nu pentru ca apoi, odată ce ai întrebat, să te simți obligat să găteşti ce au chef să mănânce copiii. La întocmirea planului de meniu, trebuie avute în vedere trei lucruri: de ce au poftă copiii, de ce au poftă părinții şi cum se poate realiza un echilibru rațional al hranei familiei. Este vorba despre o proporție echilibrată între plăcere, estetică şi calitate, nu despre stabilirea unei reguli defensive – cât de des se mănâncă pizza, iar păstrarea acestui echilibru intră în responsabilitatea părinților.

Acelaşi principiu este valabil în orice altă privință. Este important ca toți membri familiei să aibă libertatea de a spune de ce anume au poftă. Acesta este începutul dialogului, nu sfârşitul lui.

Dacă părinții se lasă conduşi de poftele copiilor lor, aceştia se vor însingura şi vor deveni nefericiți. Aceasta nu are nimic în comun cu răsfățul de altădată. Nu este înțelept nici să gândim că este bine pentru copii să primească ce au chef abia după ce cer a doua oară. A răsfăța un copil nu înseamnă să primească prea mult din ceea ce-i place, ci prea puțin din ceea ce are nevoie.

Reguli şi structură

Unii părinți încearcă să preîntâmpine conflictele din sânul familiei, impunând treptat reguli. Şi societatea, în ansamblul ei, are tendința de a emite legi şi reguli, atunci când dialogul nu are succes.

În familie există, în general, două tipuri de reguli. Mai întâi, regulile generale ale casei: se scot pantofii înainte de a intra în sufragerie, fiecare îşi duce singur la bucătărie vesela şi tacâmurile murdare, se dă telefon acasă atunci când întârzii etc. Asemenea reguli nu constituie o problemă pentru starea de bine a familiei.

Cu totul altceva se petrece cu regulile pe care părinții le instituie pentru că nu ştiu cum să gestioneze altfel un conflict: dacă nu vă purtați cum trebuie, nu mai aveți voie să vă jucați împreună; să vorbiți cum se cuvine între voi; când vă rog eu ceva, trebuie să vă supuneți fără discuție etc.

Din experiența generală, rezultă că, unei familii îi merge cu atât mai prost cu cât are nevoie de mai multe reguli de acest fel. Observația este valabilă şi pentru şcoli, grădinițe şi alte instituții, unde oameni care nu s-au ales reciproc trebuie să se înțeleagă unii cu ceilalți. Periculos la această categorie de reguli, este

că sunt pe deplin impersonale, pătrunzând în acelaşi timp adânc în ceva foarte personal. Acest dezacord îi constrânge, mai ales pe copii, să caute modalități creative pentru a-l anihila, în speranța de a-şi putea apăra individualitatea şi integritatea fără a fi incriminați.

Pentru prima categorie de reguli, regulile casei, există o necesitate mai mică sau mai mare, de la familie la familie. Cu cât o familie este mai numeroasă, cu atât sunt necesare mai multe reguli şi cu atât este mai necesar ca fiecare să facă tot ce poate pentru a le respecta. Regulile casei servesc scopurilor impersonale, adesea practice, şi de aceea e mai uşor să acționezi în direcția trasată de ele.

Unele familii cu copii duc o viață cotidiană care necesită o structurare foarte minuțioasă atunci când trebuie făcut tot ceea ce e de făcut.

Deşi copiii sunt extrem de cooperanți, nu le vine uşor atunci când trebuie să se supună ani la rând nevoii de structurare percepute de părinți. Din când în când, se pot simți tentați să saboteze limitele pe care, în mod normal, le-ar respecta.

Dacă deodată nu mai vor să meargă la grădiniță zile la rând sau dacă, dintr-o dată, nu o mai pot suferi pe bună, aceasta poate fi clar expresia necesității de

a fi câteva zile doar împreună cu părinții, fără a face nimic. Doar cine nu face nimic poate auzi bătăile propriei inimi şi ale inimilor celorlalți.

Adulții sunt în mare măsură capabili să amâne o pauză necesară pentru săptămâna sau pentru anul următor. Copiii sunt mai isteți. Ei ştiu că este vorba despre clipa de acum. Viața nu poate fi amânată în viitor sau întâmpinată cu reguli.

Consecințe şi pedepse

Cu nici zece ani în urmă, cei mai mulți adulți nu se îndoiau că ar apărea consecințe atunci când copiii încalcă regulile sau limitele părinților. Astăzi, mulți părinți nu prea mai sunt convinşi de logica acestui punct de vedere şi există motive bune să se bucure de aceasta.

În istoria educației, consecințele reprezintă un eufemism mai plăcut pentru cuvântul pedeapsă. Mai ales în ultima jumătate a secolului trecut, metodele de pedepsire au fost permanent modernizate şi, în anumite zone, au devenit mai umane şi mai civilizate.

Cel mai important argument pentru aşa-numitele consecinţe a fost întotdeauna acela conform căruia copiii trebuie să înveţe să respecte limitele impuse de părinţi. Este însă discutabil dacă acest obiectiv a fost atins vreodată. În schimb, mulţi copii au învăţat să se teamă de consecinţe, dar aceasta este cu totul altceva.

Iniţial, gândirea părinţilor este întru totul corectă. Este, într-adevăr, important ca cei mici să-i respecte pe părinţi şi regulile lor. Dar când, în relaţiile cu copiii, consecinţele sunt introduse ca un fel de satelit în comunicare, prin aceasta se spune şi: „Am renunţat să încerc să te fac să-mi iei persoana în serios şi ca atare, o înlocuiesc cu consecinţe, pe care să sperăm că le vei lua mai în serios şi le vei respecta mai mult decât pe mine."

Aceasta este, dacă nu o declarare a stării de faliment, cu siguranţă punctul de pornire pe un drum greşit: la intervale regulate de timp, adulţii vor fi constrânşi să inventeze consecinţe noi şi mai severe pentru a ţine piept lipsei de respect crescânde a copiilor. Pornind de aici, sau se va crea un cerc vicios, sau consecinţele vor deveni într-atât de grave, încât relaţia dintre copii şi adulţi va fi periclitată iremediabil.

Alternativa se bazează pe trei factori: răbdarea, repetările şi dorinţa de a te lua în serios pe tine şi pe copil.

E nevoie de mult timp pentru a cunoaşte atât de bine limitele părinţilor, încât să poţi evita, în mod normal, o coliziune cu ei. Acest lucru se întâmplă ceva mai repede atunci când limitele sunt exprimate clar şi personal, deşi şi atunci durează destul de mult. Părinţii trebuie să ştie aceasta şi să fie răbdători, dar nu în sensul că limitele ar trebui să fie marcate de la început cu prudenţă, iar mai târziu cu toată vigoarea. Dacă, într-adevăr, nu vor să încalce limitele copilului, trebuie să manifeste mai multă răbdare de-a lungul procesului de învăţare pe care trebuie să-l parcurgă copilul în mod normal. Copiii nu sunt mai înceţi decât majoritatea oamenilor şi nici nu au nevoie de mai mult timp pentru cunoaşterea limitelor părinţilor, decât le este necesar acestora pentru cunoaşterea limitelor partenerului.

Cunoaşterea limitelor unui om nu este un proces mecanic, ca de pildă cel prin care învăţăm să ne oprim la semaforul roşu. Trebuie nu numai să cunoşti limitele celuilalt şi să le memorezi, ci şi să descoperi, în acelaşi timp, cum să te comporţi ireproşabil în raport

cu aceste limite. Trebuie să poți spune „Da" limitelor celuilalt, fără a spune „Nu" ție însuți, aceasta dacă nu te mulțumeşti cu acceptarea necondiționată. Există oameni care au uneori limite complet de neînțeles pentru semenii lor. În asemenea cazuri, este nevoie de şi mai mult timp să le cunoşti şi să înveți să trăieşti acceptându-le. Cu niciunul dintre noi nu este uşor de conviețuit.

Dacă vor fi avute în vedere toate acestea şi totuşi, va fi încălcată permanent o limită, părinții vor trebui să-şi confrunte copilul cu nemulțumirea lor. O asemenea conversație trebuie să înceapă, dacă este posibil, nu în momentul în care lucrurile tocmai se desfăşoară, ci să se aştepte un timp, până trece enervarea şi adultul poate controla mai bine ceea ce spune. Iată un exemplu:

– Ascultă, Niels! Indiferent din ce motiv îmi scotoceşti permanent prin lucruri, nu vreau să mai faci aceasta! Pur şi simplu nu mai suport. Şi nu pot înțelege de ce nu poți înceta. Uiți pur şi simplu sau ți se pare o prostie faptul că nu ai voie?

– Nu ştiu... de fapt, de ce nu am voie?

– Nu vreau, pentru că sunt lucrurile mele şi vreau să fie lăsate în pace. Mă înfurii când uiți şi vreau să te gândeşti la aceasta, indiferent că ți se pare ceva prostesc sau nedrept. Vreau ca lucrurile mele să fie lăsate în pace şi, în afară de aceasta, nu vreau să mă cert cu tine – basta!

Nicio promisiune, nicio amenințare şi nicio învoială! Nu ați face decât să atenuați confruntarea şi să deviați atenția de la cuvintele şi sentimentele pe care tocmai le-ați exprimat. Trebuie să fiți scurt. Ce aveți de făcut este să impresionați, nu să convingeți sau să încheiați un acord.

În cele de mai sus, tatăl impresionează cel mai mult dacă reuşeşte să vorbească din postura personală şi nu ca persoana pe care vrea să o ştie respectată. Cu cât va vorbi mai mult în rolul lui de educator, cu atât va crea o impresie mai slabă. A se lua pe sine în serios sau a juca un rol solemn este ceea ce face diferența esențială în acest context.

Dacă în exemplul construit, tatăl se ia în serios şi, drept urmare, spune care este părerea lui, fiul său va fi impresionat. Dacă îi pare rău, sau se înfurie, sau ambele, reacția este una normală. Când un lucru este

într-adevăr important pentru cineva, atunci trebuie să fie vorba despre ceva serios.

Din pură bunăvoință, decenii la rând, adulții au încercat să folosească un limbaj prietenos atunci când au vorbit cu copiii. Aceasta poate fi util atunci când copilul are de învățat ceva concret. În cazul unei conversații personale, precum cea din exemplul prezentat, adultul trebuie să folosească propriul limbaj, deci cuvintele şi expresiile care pun în lumină cel mai bine mesajul pe care vrea să-l transmită. Dacă adulții folosesc limbajul pedagogic, multe nuanțe esențiale ale mesajului se pierd şi impresia va fi atenuată.

Viața copiilor într-o familie presupune, în mare parte, printre altele, ca aceştia să învețe să ia în serios alți oameni şi limitele acestora, să manifeste respect față de semeni, pentru că sunt oameni. Nu se pune problema ca ei să învețe să se sperie de putere şi să abuzeze de ea, dacă sunt suficient de mari pentru aceasta.

Confruntarea de mai sus nu se referă strict la lucrurile tatălui, care trebuie lăsate în pace pe viitor, ci ea este şi o lecție pentru fiu, despre cum să se comporte în curtea şcolii, pe stradă, ca partener şi ca tată, fără

a renunța la integritatea personală şi fără să o lezeze pe a celorlalți.

Nenumărați părinți au încercat în zadar să transmită acest mesaj copiilor lor şi aceasta pentru că ei înşişi nu au putut să-l exprime şi au crezut mai mult în consecințe decât în ei şi în copiii lor.

Vină şi responsabilitate

Cei mai mulți oameni aduc pe lume copii pentru a-şi îndeplini o dorință şi nu de dragul copiilor. Aşadar, punctul de pornire este dragostea de sine în cel mai bun sens al cuvântului: vor să-şi îmbogățească viața, iar mai târziu vor să facă tot ce le trece prin minte pentru a îmbogăți viața copiilor. A fi părinte are legătură cu nevoia de a da şi cu sentimentul de a fi valoros pentru un alt om.

Când totul decurge bine, această dragoste fundamentală de sine îşi găseşte contraponderea în angajamentul pentru copil, nevoile şi persoana lui, cu care părinții sunt confruntați încetul cu încetul. Indiferent dacă relația părinților cu copilul se întemeiază pe exercitarea puterii sau pe echivaloare, aceştia au

mereu drept scop să-i asigure copilului o viață mai bună, în sensul acceptat de ei.

La fel ca orice lucru în viață, şi acesta se realizează cu mai mult sau mai puțin succes. Nu există părinți perfecți şi, din fericire, se poate şi fără perfecțiune. Copiii au părinții pe care îi au şi trebuie să se împace cu acest fapt, aşa cum au făcut-o şi părinții la vremea lor.

Hotărâtor pentru calitatea vieții copilului, a părinților şi a relațiilor dintre aceştia, este capacitatea şi disponibilitatea părinților de a prelua responsabilitatea pentru eşecuri.

Noi toți ne comportăm aiurea din când în când. Avem zile bune şi zile proaste, suntem nechibzuiți şi ne pierdem controlul, avem multă energie sau prea puțină, ştim ce ar trebui să facem şi cu toate acestea nu facem. Avem experiențe plăcute şi neplăcute din propria copilărie, cu care ne îmbogățim sau ne împovărăm rudele.

Ar trebui să ne simțim vinovați pentru că ne manifestăm omeneşte?

Răspunsul nu este la fel de simplu precum întrebarea. Când conviețuim cu alți oameni, suntem co-răspunzători pentru viața şi starea lor de bine şi

când comitem ceva cu urmări dezastruoase pentru viața lor, suntem complici.

La un asemenea fapt, se poate reacționa în două moduri: trăind un *sentiment* de vinovăție sau având *conştiința* încărcată. Capacitatea de a avea conştiința încărcată atunci când le pricinuim rău altor oameni, face parte dintre calitățile care ne deosebesc de celelalte mamifere. Fără această capacitate, nu ar mai exista morală şi etică şi am trăi cu toții după legea junglei.

La rândul său, *sentimentul* de vinovăție conduce la două reacții. Unii oameni devin depresivi, se copleşesc cu remuşcări şi îşi pierd forța de a-şi schimba comportamentul într-un sens productiv. Alții devin agresivi şi încearcă să arunce vina de partea cealaltă. Adesea, reuşesc să-l facă pe semen să-şi asume vina, mai ales atunci când acesta este un copil. Eliberarea de propria vină însă, nu reuşeşte niciodată. Conştient sau nu, aceasta se acumulează şi generează, cu siguranță, noi acțiuni distructive.

A avea grijă de copii, a te juca împreună cu ei, a te bucura cu şi de ei, a face prostii şi ştrengării alături de ei, toate acestea sunt importante. La fel de importantă este însă şi conştiința responsabilității şi a vinovăției, adică să conştientizezi că mereu, chiar şi atunci când

faci ce este mai bine pentru el, rişti să provoci durere copilului. Această remarcă nu trebuie înțeleasă ca un îndemn la a fi permanent serioşi sau latent deprimați, ci ca o invitație adresată părinților, de a face singurul lucru pe care-l pot face: să-şi asume responsabilitatea greşelilor, atunci când le recunosc.

Aşa ceva se poate face cel mai bine când, stând de vorbă cu copilul, îi spunem de pildă: „Ieri (sau în urmă cu doi sau zece ani) am făcut aceasta şi aceasta. A fost o greşeală. Iartă-mă, te rog – nu a fost vina ta." Dacă acest mesaj este formulat atât de simplu şi de clar, se vor petrece trei lucruri importante:

- Recunoaşterea din partea adultului va reprezenta pentru acesta unul din momentele constructive ale vieții lui. Sentimentul de vinovăție este numai stadiul premergător recunoaşterii vinei.
- Copilul va fi despovărat de vină şi va învăța, în acelaşi timp, ce înseamnă să fii un om care acționează responsabil.
- Recunoaşterea făcută de adult, lasă loc, pe viitor, unui mod de acțiune mai constructiv. Sentimentul de vinovăție are tendința de a consolida ceea ce este distructiv.

Condiția este ca adultul să nu devină sentimental şi să apeleze la iertarea copilului, pentru că atunci, acesta din urmă ar avea de preluat responsabilitatea sentimentului de vinovăție al adultului, dublându-şi astfel povara.

Sentimentul de vinovăție al părinților moderni este, de cele mai multe ori, foarte difuz. Nu este nici sentimentul că au făcut ceva greşit şi nici o reală conştiință a vinovăției. Nu apare cu vreun prilej concret, ci dintr-o închipuire că, în întregul lor, lucrurile ar fi trebuit să fie altfel decât sunt. Ar fi trebuit să fi avut un altfel de control asupra vieții şi mai mult timp liber când copiii erau mici, ar fi trebuit să încerce să fi evitat divorțul, ar fi trebuit să fi muncit mai puțin, ar fi trebuit, ar fi trebuit, ar fi trebuit...

Acest sentiment difuz de vinovăție este cu totul superficial. Nu-l face pe posesor nici mai bun şi nici mai deştept şi nici copiilor nu le aduce nimic. Ar trebui expulzat din sânul familiei sau nimicit cu ajutorul singurului antidot cunoscut: cu umor şi autoironie.

Conştiința şi trăirea concretă a vinovăției sunt, dimpotrivă, factori constanți în orice familie. Ei merg mână în mână cu dragostea, dar, la fel ca toate celelalte, trebuie să-şi găsească locul în comunitate. Nu au voie să comande întreaga întreprindere!

Capacitatea copiilor de a se adapta condițiilor în care cresc este aproape nelimitată. Ce poate fi rănit, este dragostea pentru ei înşişi.

În multe privințe, copiii sunt ceea ce se numesc „martori părtinitori" şi aceasta pentru că le sunt foarte loiali părinților. De aceea trebuie să ascultăm înlăuntrul nostru. Când credem că ceva merge bine, nu avem motive să facem schimbări – nici atunci când în cărți scrie altceva! Copiii se simt bine alături de părinți care sunt mulțumiți de sine, fără a fi neapărat la rândul lor mulțumiți de sine.

În relația cu copiii, stabilirea limitelor, delimitarea față de ei, reprezintă un aspect important, dar să sperăm că, doar un aspect în conviețuirea cu ei. Aceasta este însă cea mai mare provocare pentru părinți, dezvăluindu-le în acelaşi timp copiilor foarte mult din cine sunt, printre altele, ei înşişi. Dacă delimitarea parentală reuşeşte într-adevăr, atunci aceasta devine mai mult decât o limitare, în acest caz ambele părți au ocazia să crească dincolo de propriile lor limite.

Cuprins

Introducere.....5

Cine hotărăşte?.....10

Puterea.....14

Puterea şi responsabilitatea.....19

Ce sunt limitele?.....29

Limitele generale.....30
Limitele personale.....35
Care sunt limitele mele?.....41
Doi părinți - două tipuri de limite.....46
Care sunt limitele copilului?.....56
Au voie părinții să-i certe pe copii?.....65

Conflictele: Să le evităm sau să le facem față?.....71

De ce se ajunge la conflicte?.....71

În ce credem?.....73
Prințese şi prinți.....78
Conflictul sănătos.....79
Nefericit sau doar frustrat?.....82
Confruntarea înseamnă apropiere.....84
Dialogul şi negocierea.....86
„Nu"– un răspuns plin de dragoste.....94
Pofte şi nevoi.....102
Reguli şi structură.....105
Consecințe şi pedepse.....107
Vină şi responsabilitate.....113

Referințe

1 Jesper Juul, Dein kompetentes Kind. Auf dem Weg zu einer neuen Wertgrundlage für die ganze Familie. Reinbeck: Rowohlt 2009, pag. 128

2 ibidem, pag. 201 pp.

3 ibidem, pag. 46 pp.

4 ibidem, pag. 18 pp şi pag. 42 pp

5 ibidem, pag. 77 pp

6 ibidem pag. 139 pp

Despre autor şi reţeaua Familylab International

Jesper Juul s-a născut în anul 1948, în Danemarca. Este profesor, terapeut pentru grupuri şi terapeut familial, consilier pentru conflicte şi autor de cărți. Până în anul 2004 a fost directorul institutului „Kempler Institute of Scandinavia", pe care l-a fondat în 1979. După ce a studiat istoria, pedagogia religiei şi istoria spirituală a Europei, a lucrat ca educator în cămine pentru copii şi ca asistent social. A pus bazele unei forme de terapie şi consiliere de sine stătătoare, cu accent pe acțiune şi legată de practică. În plus, a activat ca instructor de terapie familială în Croația şi Bosnia, desfăşurând în aceste țări şi o muncă de terapeut în lagărele pentru refugiați. Jesper Juul este autorul a peste 20 de volume, traduse în numeroase limbi, precum şi fondatorul şi conducătorul rețelei **Familylab International**. De asemenea, este „tatăl calificat" al unui băiat, astăzi adult, şi trăieşte la Copenhaga şi Zagreb.

Raluca Jacono, consilier şi terapeut familial de origine română, lucrează din 2008 în Austria şi Croația, alături de Jesper Juul, la îmbunătățirea relațiilor din cadrul familiei. Este membră în conducerea Familylab International şi membră a Familylab Austria.

Familylab International este o organizație internațională pentru consiliere şi dezvoltarea competenței relaționale atât a părinților, cât şi a profesioniştilor care lucrează cu familiile. Scopul organizației nu este de a „califica" prin cursuri mamele şi tații în a fi părinți. Ci mai degrabă, acela de a acompania şi a consilia părinții în procesul fără sfârşit al conviețuirii şi relaționării echidemne.

Familylab oferă acompaniament şi orientare atât pentru familii, cât şi pentru instituții. În viziunea noastră „a creşte" alături de copiii noştri nu mai are la bază principiul ascultării cu orice preț ci echidemnitatea, aprecierea valorii reale şi susținerea spre autoresponsabilitate.

Familylab este prezentă din 2007 în mai multe țări din Europa, America Latină şi Australia şi susține familiile în dezvoltarea lor, bazându-se pe următoarele valori: echidemnitate, autoresponsabilitate, integritate şi autenticitate.

Valorile de bază ale Familylab

Echidemnitatea – se supune nevoii fundamentale a tuturor oamenilor, indiferent de vârstă şi sex: a fi auzit şi luat în serios ca şi individ. În relațiile echidemne, dorințele, perspectivele şi nevoile ambilor parteneri sunt luate deopotrivă în serios.

Autoresponsabilitatea – înseamnă a prelua responsabilitatea pentru propriile sentimente, reacții şi valori. Aceasta înseamnă a prelua responsabilitatea pentru situația proprie, a vorbi despre sine în loc de a vorbi despre ceilalți şi a fi creativ în găsirea de soluții. Autoresponsabilitatea este protecția fiecarui individ în parte şi totodată consolidarea traiului în comunitate.

Integritatea – înseamnă a fi credincios ție însuți, a te orienta după valorile şi unitățile de măsură interne, precum şi a rămâne fizic şi psihic intact. Integritatea fiecărui individ în parte consolidează şi face o comunitate să fie mai puternică. De aceea, e în interesul general să susținem şi să protejăm integritatea fiecărui individ – adică să ne îngrijim ca ea să nu fie lezată, ci să primească cel mai bun teren de dezvoltare şi creştere.

Autenticitatea – este capacitatea de a fi credibil, de a nu fi ascuns în spatele unui rol. Este premiza pentru trei aspecte importante în conviețuirea din familie:

- contactul direct, cald, între părinți şi copii
- dezvoltarea autorității personale, care favorizează ca propriile nevoi, limite şi valori să fie puse clar în lumină în fața celorlalți
- abordarea şi soluționarea conflictelor şi problemelor din cadrul familiei

Familylab în România este o rețea în permanentă căutare de colaboratori şi persoane interesate să ne susțină.

Dacă sunteți interesat de a beneficia de o consiliere sau un training Familylab sau sunteți interesați ca organizație să găzduiți în spațiul vorbitor de limbă română - inclusiv Republica Moldova - ateliere şi traininguri Familylab pentru părinți şi profesionişti, atunci contactați-ne la:

raluca.jacono@familylab.at
www.desprejesperjuul.blogspot.com
www.family-lab.com
www.jesperjuul.com
www.facebook.com/Familylab